DUDUK DIAM

DENGAN

BATIN YANG HENING

Oleh:

J. Krishnamurti

Dikumpulkan, diterjemahkan dan disunting oleh:

Hudoyo Hupudio

Dengan Pengantar oleh:

Setijadi

Yayasan Krishnamurti Indonesia

2006

Judul:
“Duduk Diam dengan Batin yang Hening”

Oleh:
J. Krishnamurti

Dikumpulkan, diterjemahkan dan disunting oleh:
Hudoyo Hupudio <hudoyo@cbn.net.id>

Dengan Pengantar oleh:
Setijadi <setijadi@mail.ut.ac.id>

xiv + 136 halaman

Diterbitkan oleh:
Yayasan Krishnamurti Indonesia,
Jalan Asem Dua no. 27,
Kel. Cipete Selatan, Jakarta, 12410
Telepon: (021) 769 53 48

ISBN: _____

Cetakan pertama, Maret 2006

DAFTAR ISI

BAGIAN II : BATIN YANG HENING

“Meditasi adalah pengosongan batin
dari segala sesuatu yang telah dibentuk oleh batin. ...
Jika Anda lakukan itu ... maka Anda akan mendapati
ada suatu ruang luar biasa di dalam batin,
dan ruang itu adalah kebebasan. ...
Jika Anda berjalan sejauh itu,
maka ada suatu gerak dari apa yang tak diketahui,
yang tak dikenal, yang tak dapat diterjemahkan,
yang tak dapat dirumuskan dengan kata-kata—
maka Anda akan menemukan
ada gerak dari Yang Mahaluas.” [1]

J. Krishnamurti
(1895 – 1986)

PENGANTAR

Judul buku ini diambil dari buku *Beginnings of Learning*, yang berisi ceramah dan dialog J. Krishnamurti dengan murid-murid di Brockwood Park, England. Judul ini menunjukkan esensi dari apa yang disebut meditasi oleh Krishnamurti.

Meditasi di sini bukan latihan atau persiapan untuk mencapai suatu tujuan tertentu, melainkan keadaan batin yang mengandung ketulusan hati; suatu kerelaan dalam mengamati apa pun yang melintasi kesadaran kita. Kerelaan atau ketulusan itu membawa kepekaan dan gairah hidup yang tinggi, yang mewujud sebagai tindakan. Itulah beberapa makna yang mungkin dapat dilihat sewaktu kita membaca beberapa dari ucapan Krishnamurti tentang meditasi di buku ini.

Buku ini dimulai dari percakapan Krishnamurti dengan siswa dan guru Sekolah Rishi Valley dan Sekolah Rajghat di India, di mana Krishnamurti mengajak siswa dan gurunya untuk bermeditasi. Buku dilanjutkan dengan tema yang sama di Sekolah Brockwood Park.

Bagian kedua membicarakan batin yang hening, yang berarti peniadaan total dari semua yang diketahui. Meditasi dapat dilakukan di mana saja, kapan saja. Bagian ini diambil dari berbagai buku Krishnamurti.

Setelah membicarakan meditasi dan batin yang hening pembicaraan dilanjutkan dengan hal-hal yang lebih mendalam, yang diambilkan dari buku *Krishnamuti's Notebook*, di mana Krishnamurti mengajak pembaca mengikuti apa yang dialaminya pada waktu menulis buku

tersebut, yang bagi pembaca barangkali terasa sangat asing dan luar biasa.

Bagian ketiga, sebagai penutup, diambil dari percakapan Krishnamurti dengan Dr. David Bohm, seorang guru besar dan fisikawan terkenal. Bohm adalah teman lama Krishnamurti yang kerap kali berdialog bersama. Bohm juga mengembangkan teori fisikanya yang memasukkan kesatuan yang mengamati dan yang diamati. Percakapan ini menandai pertemuan antara spiritualitas dan sains pada dewasa ini.

Penerjemah buku ini adalah Dr. Hudoyo Hupudio, M.P.H., seorang dokter dan pejalan spiritual, yang mendalami ajaran Krishnamurti, dan menyelenggarakan retret Meditasi Mengenal Diri (MMD). Retret MMD memfasilitasi meditasi sesuai ajaran Krishnamurti di atas.

Setijadi, Ph.D. [1]

---

[1] Prof. Setijadi, Ph.D., mantan Rektor Universitas Terbuka

BAGIAN I :

"ITULAH DASARNYA ..."

1. KRISHNAMURTI KEPADA SISWA & GURU SEKOLAH DI INDIA [2]

Mereka yang sudah tahu apa itu meditasi harus menghapus pengetahuannya itu dan kemudian belajar

Krishnamurti: ... Anda tahu, orang sering bicara tentang meditasi, bukan?

Siswa: *Ya.*

Krishnamurti: Anda tidak tahu apa-apa tentang itu. Saya senang sekali. Karena Anda tidak tahu apa-apa tentang itu, Anda bisa mempelajarinya. Seperti kalau orang tidak mengerti bahasa Prancis, Latin atau Italia. Karena Anda tidak tahu, Anda bisa belajar; Anda bisa belajar seolah-olah untuk pertama kalinya. Mereka yang sudah tahu apa itu meditasi, harus menghapus pengetahuannya itu dan kemudian belajar. Anda melihat bedanya? Karena Anda tidak tahu apa meditasi itu, marilah kita mempelajarinya. Untuk mempelajari meditasi, Anda harus melihat bagaimana batin Anda bekerja. Anda harus mengamati, seperti Anda mengamati seekor cicak berlalu merayapi dinding. Anda melihat keempat kakinya, bagaimana ia melekat pada dinding itu, dan selagi Anda mengamati, Anda melihat semua geraknya. Secara itu pula, amatilah pikiran Anda. Jangan memperbaiki. Jangan menekan. Jangan berkata, “Semua ini terlalu sukar.” Amati saja, sekarang, pagi ini.

Pertama-tama, duduklah diam sama sekali. Duduklah yang enak, bersila, sama sekali diam, tutup mata Anda, dan jagalah agar mata Anda tidak bergerak. Mengertikah Anda? Bola mata Anda cenderung untuk bergerak, jagalah supaya

diam sama sekali, sekadar untuk coba-coba. Lalu, selagi Anda duduk tenang sekali, temukan apa yang tengah dilakukan oleh pikiran Anda. Amati seperti Anda mengamati cicak itu. Amatilah pikiran, bagaimana ia lari, sebuah pikiran menyusul pikiran lain. Dengan begitu Anda mulai belajar mengamati.

Adakah Anda mengamati pikiran-pikiran Anda—bagaimana pikiran yang satu mengejar pikiran lain, lalu berkatalah pikiran, “Ini pikiran baik, itu pikiran buruk”? Apabila Anda pergi tidur pada waktu malam, apabila Anda tengah berjalan, amati pikiran Anda. Amati saja pikiran Anda, jangan memperbaikinya, dan Anda mulai mempelajari awal meditasi. Sekarang duduklah diam sama sekali. Tutuplah mata Anda, dan jagalah agar bola mata Anda tak bergerak sama sekali. Lalu amati pikiran Anda, sehingga Anda belajar. Sekali Anda mulai belajar, belajar itu tidak ada akhirnya.

*****

Anda telah selesai melihat hal-hal di luar, sekarang dengan mata tertutup Anda bisa melihat apa yang terjadi di dalam

Krishnamurti: ... Kini kita akan melakukan sesuatu yang lain. Pertama-tama, duduklah diam sekali, secara nyaman, duduk dengan tenang sekali, lemaskan badan, hendak saya perlihatkan kepada Anda. Sekarang pandanglah pepohonan itu, pebukitan itu, wujud dari bukit-bukit itu, pandanglah itu, pandanglah kualitas warnanya, perhatikan mereka. Jangan dengarkan saya. Perhatikan dan lihatlah pepohonan itu, pohon-pohon yang menguning, pohon asam, lalu pandanglah semak bugenvil itu. Pandanglah bukan dengan pikiranmu,

melainkan dengan matamu. Setelah melihat semua warna-warni itu, bentuk tanah, pebukitan, batu-batu, bayangan, lalu bergeraklah dari luar ke dalam, dan tutuplah matamu, tutup matamu sama sekali. Anda telah selesai melihat hal-hal di luar, dan sekarang dengan mata tertutup Anda bisa melihat apa yang terjadi di dalam. Perhatikan apa yang terjadi di dalam dirimu, jangan berpikir, perhatikan saja, jangan gerakkan bola matamu, jagalah supaya bola matamu diam sama sekali, karena sekarang tidak ada apa-apa yang perlu dilihat. Anda telah melihat segala sesuatu di sekitarmu, sekarang Anda melihat apa yang terjadi di dalam batinmu, Anda harus tenang sekali di dalam. Dan kalau ini Anda lakukan, tahukah Anda apa yang terjadi dengan Anda? Anda menjadi sangat peka, Anda menjadi sangat waspada terhadap hal-hal di luar dan di dalam. Lalu Anda menemukan bahwa yang di luar adalah yang di dalam, lalu Anda menemukan bahwa si pengamat adalah yang diamati.

*****

Duduklah tenang-tenang seorang diri di bawah sebatang pohon, jangan membawa buku

Krishnamurti: Pernahkah Anda berjalan-jalan seorang diri? Atau apakah Anda selalu pergi dengan orang lain? Jika Anda sekali-sekali berjalan-jalan seorang diri—jangan jauh-jauh karena Anda masih sangat muda—nanti Anda akan mengenal diri Anda sendiri, apa yang Anda pikirkan, apa yang Anda rasakan, apa kebajikan itu, Anda ingin menjadi apa. Temukanlah. Dan Anda tak dapat menemukan diri sendiri jika Anda selalu bercakap-cakap, keluyuran dengan teman-teman Anda, dengan setengah lusin orang. Duduklah tenang-tenang seorang diri di bawah sebatang pohon, jangan membawa buku. Lihat saja bintang-bintang, langit yang

cerah, burung-burung, bentuk dedaunan. Amati bayang-bayang. Amati burung yang melintas di langit. Dengan berada sendirian, duduk dengan tenang di bawah sebatang pohon, Anda mulai memahami gerak-gerik batin Anda sendiri, dan hal itu sama pentingnya seperti masuk kelas.

*****

Memahami seluruh proses pikiran dan perasaan Anda berarti seluruh diri Anda menjadi sangat hening

Krishnamurti: ... Tahukah Anda tentang meditasi?

Siswa: *Tidak, Pak.*

Krishnamurti: Tetapi orang dewasa pun tidak tahu. Mereka duduk di satu sudut, menutup mata dan berkonsentrasi, seperti anak sekolah mencoba berkonsentrasi pada sebuah buku. Itu bukan meditasi. Meditasi adalah sesuatu yang luar biasa, jika Anda tahu bagaimana melakukannya. Saya akan bercerita sedikit tentang hal itu.

Pertama-tama, duduklah dengan tenang sekali, jangan memaksa dirimu untuk duduk diam, tetapi duduk atau berbaringlah dengan tenang tanpa suatu paksaan. Mengertikah Anda? Lalu perhatikan pikiranmu. Perhatikan apa yang kaupikirkan. Anda menemukan bahwa Anda tengah berpikir tentang sepatumu, gaunmu, apa yang akan Anda katakan, burung di luar itu yang Anda dengarkan; ikuti pikiran-pikiran itu, dan selidiki mengapa suatu pikiran timbul. Jangan coba mengubah pikiranmu. Lihat mengapa pikiran-pikiran tertentu muncul dalam batinmu, sehingga Anda mulai memahami arti dari setiap pikiran dan setiap perasaan tanpa suatu paksaan. Dan jika suatu pikiran muncul,

jangan menyalahkannya, jangan berkata ini benar, itu salah, ini baik, itu buruk. Perhatikan saja, sehingga Anda mulai memperoleh pemahaman, kesadaran yang aktif dalam melihat setiap pikiran, setiap perasaan. Anda akan mengetahui setiap pikiran yang tersembunyi, setiap dorongan yang tersembunyi, setiap perasaan, tanpa terdistorsi, tanpa berkata, itu benar, salah, baik, atau buruk. Jika Anda melihat, menyelami pikiran secara mendalam sekali, batin Anda menjadi luar biasa halus, hidup. Tidak ada bagian batin yang tidur. Batin itu bangun sepenuhnya.

Itu hanya dasarnya. Maka batin Anda sangat tenang. Seluruh diri Anda menjadi sangat diam. Lalu selamilah keheningan itu, makin dalam, makin jauh—seluruh proses itulah meditasi. Meditasi bukanlah duduk di sudut mengulang-ulang sejumlah kata-kata; atau memikirkan sebuah gambaran atau hanyut dalam khayalan-khayalan liar yang mempesonakan.

Untuk memahami seluruh proses pikiran dan perasaan Anda berarti harus bebas dari semua pikiran, bebas dari semua perasaan, sehingga batin Anda, seluruh diri Anda, menjadi sangat hening. Dan itu juga bagian dari hidup, dan dengan keheningan itu Anda bisa melihat pohon, Anda bisa melihat orang, Anda bisa melihat langit dan bintang-bintang. Itulah keindahan hidup.

*****

Duduklah diam sekali dan hening, bukan saja badan Anda, tetapi juga batin Anda

Krishnamurti: Nah, seperti saya katakan tempo hari, Anda belajar apabila terdapat keheningan dan perhatian. Belajar bisa ada apabila Anda memiliki keheningan dan

mencurahkan perhatian penuh. Dalam keadaan itu Anda mulai belajar. Sekarang duduklah diam sekali; bukan karena saya minta Anda duduk diam, tetapi oleh karena itulah cara untuk belajar. Duduklah diam sekali dan jadilah hening, bukan saja secara jasmaniah, bukan saja badan Anda, tetapi juga batin Anda. Jadilah hening sekali, lalu di dalam keheningan itu, perhatikan. Perhatikan suara-suara di luar gedung ini, ayam yang berkokok, burung-burung, ada orang batuk, ada orang berjalan. Pertama-tama, dengarkan hal-hal di luar dirimu, lalu dengarkan apa yang berlangsung di dalam batinmu. Maka Anda akan melihat, jika Anda mendengarkan dengan perhatian yang mendalam sekali, di dalam keheningan itu, bahwa suara di luar dan suara di dalam adalah sama.

*****

[Krishnamurti kepada para guru sekolah di India]

Krishnamurti: Dapatkah kita mendalami masalah meditasi, sebagai suatu cara pendekatan yang menyeluruh terhadap kehidupan, yang berarti pula memahami apa meditasi itu? Saya tidak tahu apakah di antara Anda ada yang melakukan meditasi, dan saya tidak tahu apakah arti meditasi bagi Anda. Peranan apakah yang dimiliki meditasi di dalam pendidikan, dan apakah yang kita maksudkan dengan meditasi? ...

Bila kita merenungkan apa meditasi itu, saya rasa salah satu hal yang paling awal ialah ketenangan jasmani. Suatu ketenangan yang bukan dipaksakan, bukan pula dicari. Saya tidak tahu apakah Anda pernah memperhatikan sebatang pohon yang tertiup angin, dan pohon yang sama itu pada malam hari setelah matahari terbenam. Ia tenang sekali. Secara itu pula, dapatkah jasmani tenang, secara wajar,

normal dan sehat? Semua ini mengandung arti suatu batin yang menyelidik, yang tidak mencari suatu kesimpulan, atau yang bertolak dari suatu motif. Bagaimana batin menyelidik ke dalam apa yang tak dikenal, yang tak terukur? Bagaimana kita menyelidik tentang Tuhan? Hal itu merupakan bagian juga dari meditasi. Bagaimana kita membantu para siswa menyelami semua masalah ini? ... Saya merasakan kualitas meditasi selagi saya bicara kepada Anda. Itulah meditasi. Saya sedang bicara, tetapi batin yang tengah menyatu berada dalam keadaan meditasi.

Semua itu mengandung arti batin yang luar biasa lenturnya, bukan batin yang menerima, menolak, setuju, atau menyesuaikan diri. Maka meditasi adalah pemekaran batin, dan melalui itu melihat, melihat tanpa hambatan, tanpa latar belakang, dan dengan demikian suatu kekosongan tanpa batas yang dari situ kita melihat. Melihat tanpa pembatasan oleh pikiran, yang adalah waktu, membutuhkan batin yang luar biasa tenang dan hening.

Semua itu mengandung arti suatu kecerdasan yang bukan hasil dari pendidikan, dari belajar dari buku, dari menguasai teknik-teknik. Sudah tentu, untuk mengamati seekor burung Anda harus tenang sekali; kalau tidak, oleh karena gerak yang sedikit saja di pihak Anda, burung itu akan terbang. Seluruh jasmani Anda harus diam, santai, peka untuk melihat. Bagaimana Anda menciptakan perasaan itu? Ambillah soal yang satu itu yang merupakan bagian dari meditasi. Bagaimana Anda menciptakan hal ini dalam sebuah sekolah semacam ini? ...

2. KRISHNAMURTI KEPADA SISWA-SISWA SEKOLAH DI BROCKWOOD PARK

Pernahkah Anda mencoba duduk dengan sangat, sangat diam?

Tahukah Anda tentang meditasi? ... Meditasi adalah bagian dari kehidupan; jangan katakan itu hanya untuk orang-orang bodoh saja. Itu adalah bagian dari eksistensi, jadi kalian harus tahu tentang itu, seperti Anda tahu tentang matematika, elektronika atau yang lain. Tahukah Anda apa artinya bermeditasi? Arti kata itu menurut kamus adalah 'merenung-kan', 'memikirkan', 'menimbang-nimbang', 'menyelidiki'. Maukah kita bicara sedikit tentang itu?

Bila Anda duduk dengan sangat tenang, atau berbaring dengan sangat tenang, tubuh ini rileks sepenuhnya, bukan? Pernahkah Anda mencoba duduk dengan sangat, sangat diam? Bukan memaksakannya, oleh karena pada saat Anda memaksakannya, tak ada gunanya. Duduk dengan sangat diam, baik dengan mata tertutup atau mata terbuka. Jika mata Anda terbuka, ada sedikit lebih banyak gangguan, Anda mulai melihat berbagai benda. Jadi, setelah memandang benda-benda, lengkung pohon itu, dedaunan, semak belukar, setelah memandang semua itu dengan penuh perhatian, lalu tutuplah mata Anda. Maka Anda tidak akan berkata kepada diri sendiri, "Apa yang terjadi?—saya mau lihat." Pertama-tama, pandanglah segala sesuatu—perabotan, warna kursi itu, warna sweater ini, pandanglah bentuk pohon itu. Setelah memandang, keinginan untuk memandang keluar berkurang. Saya telah melihat langit biru itu, dan saya telah selesai dengan itu dan saya tidak akan memandangnya lagi. Tetapi mula-mula Anda harus memandang. Lalu Anda bisa duduk

diam. Bila Anda duduk diam, atau berbaring dengan sangat diam, maka darah mengalir dengan mudah ke kepala Anda—bukan? Tidak ada ketegangan. Itulah sebabnya orang bilang Anda harus duduk bersila dengan kepala tegak sekali, oleh karena darah lebih mudah mengalir dengan cara itu. Jika Anda duduk membungkuk, darah lebih sukar untuk mengalir ke kepala. Jadi Anda duduk atau berbaring dengan sangat, sangat diam. Jangan memaksakannya, jangan bergerak-gerak. Jika Anda bergerak, amatilah; jangan berkata, "Saya tidak boleh." Maka, bila Anda duduk dengan sangat diam, Anda mengamati batin Anda. Pertama-tama, amati batin. Jangan memperbaikinya. Jangan berkata, "Pikiran ini baik, pikiran itu tidak baik"—amati saja. Maka Anda akan melihat ada si pengamat dan yang diamati. Ada pemisahan [*division*]. Pada saat ada pemisahan, ada konflik.

Nah, dapatkah Anda mengamati tanpa si pengamat? Adakah pengamatan tanpa si pengamat? Si pengamatlah yang berkata, "Ini baik, dan itu buruk", "Ini saya suka, dan itu saya tidak suka", atau "Seandainya teman perempuan saya tidak berkata begitu", "Seandainya saya punya lebih banyak makanan".

Mengamati tanpa si pengamat—cobalah sekali-sekali. Itu adalah bagian dari meditasi. Mulailah dengan itu. Itu cukup. Dan Anda akan melihat, jika Anda melakukannya, ada suatu hal yang luar biasa terjadi ... tubuh Anda menjadi sangat, sangat cerdas. Sekarang ini tubuh tidak cerdas karena kita telah memanjakannya. Pahamkah Anda maksud saya? Kita telah merusak kecerdasan alamiah dari tubuh itu sendiri. Maka Anda akan menemukan tubuh berkata, "Pergilah tidur pada waktu yang tepat." Ia menginginkannya, ia mempunyai kecerdasan dan kegiatannya sendiri. Dan juga bila ia ingin bermalas-malas, biarlah ia bermalas-malas.

Oh, Anda tidak tahu apa arti semua itu! Cobalah sendiri. Bila saya datang lagi pada bulan April nanti, kita akan duduk bersama dua kali seminggu dan menyelami bersama-sama semua ini, maukah? Baik! Saya harap, Anda harus meninggalkan tempat ini dalam keadaan sangat cerdas. Bukan sekadar lulus beberapa ujian, melainkan menjadi orang yang luar biasa cerdas, penuh kesadaran, indah. Setidak-tidaknya itulah yang saya rasakan bagi Anda. [3]

*****

Duduk diam dengan batin yang hening

Siswa: *Dapatkah kita membahas tentang kepekaan dan tepa salira (memperhatikan kepentingan orang lain)?*

Krishnamurti: Manusia selalu menginginkan sesuatu yang suci, luhur. Sekadar ramah kepada orang lain, peka, sopan, memperhatikan, penuh pertimbangan dan kasih sayang saja tidak punya kedalaman, tidak punya vitalitas. Kalau Anda tidak menemukan dalam hidup Anda sesuatu yang sungguh-sungguh suci, yang memiliki kedalaman, yang mempunyai keindahan besar, yang adalah sumber dari segala sesuatu, hidup ini menjadi sangat dangkal. Anda mungkin menikah dan berbahagia, dengan anak-anak, sebuah rumah dan uang, Anda mungkin pintar dan ternama, tetapi tanpa keharuman itu segala sesuatu menjadi bayang-bayang yang tidak nyata.

Melihat apa yang tengah terjadi di seluruh dunia, apakah Anda, dalam kehidupan sehari-hari Anda, ingin menemukan sesuatu yang sungguh-sungguh benar, sungguh-sungguh indah, suci, luhur? Jika Anda punya itu, maka kesopanan punya makna, maka perhatian kepada orang lain punya makna, punya kedalaman. Maka Anda boleh melakukan apa saja yang Anda suka, akan selalu ada keharuman itu.

Bagaimana Anda sampai ke situ? Itu adalah bagian dari pendidikan Anda, bukan semata-mata belajar matematika, tetapi juga menemukan ini.

Untuk melihat sesuatu dengan sangat jelas—bahkan pohon itu—batin Anda harus hening, bukan? Untuk melihat gambar itu saya harus memandangnya, tetapi jika batin saya berceloteh, berkata, “Saya ingin berada di luar”, atau “Saya ingin celana baru”, jika batin saya mengembara, saya tidak pernah bisa melihat gambar itu dengan jelas. Lihatlah dulu kelogisan ini. Untuk mengamati burung-burung, untuk mengamati awan, untuk mengamati pepohonan, batin harus luar biasa hening untuk mengikuti.

Ada berbagai sistem di Jepang dan India untuk mengendalikan batin sehingga ia bisa menjadi hening sepenuhnya. Dan karena sangat hening, lalu Anda mengalami sesuatu yang tak terukur—itulah maksudnya. Jadi mereka berkata: pertama-tama batin harus hening, kendalikan dia, jangan biarkan mengembara, oleh karena jika Anda mempunyai batin yang hening maka hidup menjadi luar biasa. Nah, jika Anda mengendalikan atau memaksa batin, Anda mendistorsikannya, bukan? Jika saya memaksa diri untuk menjadi ramah, itu bukan keramahan. Jika saya memaksa diri untuk menjadi sopan sekali kepada Anda, itu bukan kesopanan. Jadi, jika saya memaksa batin saya untuk berkonsentrasi pada gambar yang satu ini, maka ada begitu banyak ketegangan, daya upaya, kesakitan dan penekanan. Dengan demikian, batin seperti itu bukanlah batin yang hening—bukan? Jadi kita harus bertanya: adakah jalan untuk menghasilkan batin yang sangat hening tanpa distorsi apa pun, tanpa daya upaya apa pun, tanpa berkata, “Saya harus mengendalikannya”?

Tentu saja ada. Ada suatu keheningan, kesunyian tanpa daya upaya apa pun. Itu membutuhkan pemahaman tentang apa daya upaya itu. Dan bila Anda memahami apa daya upaya, pengendalian, penekanan itu—memahami bukan hanya dengan kata-kata, melainkan sungguh-sungguh melihat kebenarannya—maka di dalam persepsi itu sendiri batin menjadi hening.

Anda bertemu setiap pagi pada pukul delapan. Apa yang terjadi, apa yang Anda lakukan ketika Anda bertemu?

Siswa: *Kita duduk diam di dalam ruangan.*

Krishnamurti: Mengapa?—Teruskan, diskusikan dengan saya. Apakah Anda membaca sesuatu?

Siswa: *Kadang-kadang ada orang membaca.*

Krishnamurti: Apa maknanya itu? Mengapa Anda bertemu setiap pagi?

Siswa: *Saya diberitahu, maksudnya untuk merasakan kebersamaan.*

Krishnamurti: Apakah Anda, dengan duduk diam, memperoleh rasa kebersamaan? Apakah Anda benar-benar merasakannya? Ataukah itu hanya sekadar ide?

Siswa: *Ada yang merasakan, ada yang tidak.*

Krishnamurti: Mengapa Anda bertemu?—Ayolah, Anda tidak mendiskusikannya dengan saya!

Bertemu pada pagi hari, duduk bersama, jika Anda melakukannya dengan benar, itu adalah hal yang luar biasa. Saya tidak tahu apakah Anda pernah melakukannya. Bila Anda duduk, apakah Anda sungguh-sungguh duduk diam? Apakah tubuh Anda sungguh-sungguh sangat diam?

Siswa: *Tidak. Kebanyakan tidak diam.*

Krishnamurti: Mengapa ia tidak diam? Tahukah Anda apa arti duduk diam? Apakah mata Anda tertutup? Jawablah—Saya saja yang bicara.—Apakah yang Anda lakukan? Apakah Anda rileks? Apakah Anda sungguh-sungguh duduk diam?

Siswa: *Kadang-kadang orang sangat rileks.*

Krishnamurti: Tunggu, jangan berkata "kadang-kadang". Itu cuma pelarian, beradalah pada satu pertanyaan.

Siswa: *Saya sangat diam dan sangat hening.*

Krishnamurti: Apakah yang Anda maksud dengan diam? Apakah Anda diam secara fisik?

Siswa: *Ya.*

Krishnamurti: Apa artinya itu? Tolong simak ini. Apakah saraf-saraf Anda, gerak-gerik tubuh Anda dan mata Anda diam sepenuhnya? Apakah tubuh Anda diam tanpa bergerak sedikit, tanpa gerak apa pun, dan bila Anda menutup mata, apakah mata itu diam? Duduk diam berarti seluruh tubuh Anda rileks, saraf-saraf Anda tidak tegang, tidak terganggu, tiada gerak dalam pergesekan, secara fisik Anda sama sekali diam. Anda tahu, mata selalu bergerak oleh karena Anda selalu memandang benda-benda, oleh karena itu jika Anda menutup mata, jagalah agar mata diam sepenuhnya.

Anda masuk ke ruangan ini pada pukul delapan pagi untuk duduk diam agar memperoleh keselarasan antara pikiran Anda, tubuh Anda dan hati Anda. Itu mengawali setiap hari, sehingga keheningan itu terus berlangsung sepanjang hari, bukan hanya selama sepuluh menit atau setengah jam. Keheningan itu tetap berlangsung sekalipun

Anda bermain, berteriak atau mengobrol, tetapi di pusat batin selalu ada rasa gerak yang hening ini—pahamkah Anda?

Siswa: *Bagaimana?*

Krishnamurti: Akan saya perlihatkan kepada Anda. Apakah Anda melihat pentingnya itu? Jangan bertanya, "Bagaimana?"; pertama-tama lihatlah kelogisannya, alasannya. Ketika Anda bertemu setiap pagi selama sepuluh menit, Anda duduk diam sama sekali, Anda boleh membaca sesuatu—mungkin Shakespeare, atau sebuah puisi—dan Anda mengumpulkan keheningan.

Duduklah diam sama sekali tanpa bergerak sedikit pun sehingga tangan Anda, mata Anda, semuanya diam sama sekali—lalu apa yang terjadi? Ada yang membaca sebuah puisi dan Anda telah menyimaknya. Ketika Anda berjalan menuju ruangan ini, Anda mengamati pepohonan, bunga-bunga, Anda telah melihat keindahan bumi, langit, burung-burung, tupai, Anda telah mengamati segala sesuatu di sekeliling Anda. Dan bila Anda telah mengamati segala sesuatu di sekeliling Anda, Anda masuk ke dalam ruangan ini; maka Anda tidak ingin melihat ke luar lagi. Saya tidak tahu, apakah Anda paham? Anda sudah selesai memandang ke luar—oleh karena nanti Anda akan kembali ke situ—Anda selesai dengan memandang dengan sangat cermat segala sesuatu selagi Anda memasuki ruangan. Lalu Anda duduk diam sepenuhnya tanpa bergerak sedikit pun; maka Anda mengumpulkan keheningan tanpa paksaan sedikit pun. Diamlah. Maka, ketika Anda ke luar, ketika Anda mengajar atau ketika Anda belajar ini atau itu, terdapat keheningan ini, yang berlangsung sepanjang waktu.

Siswa: *Bukankah itu keheningan yang dipaksakan?*

Krishnamurti: Anda tidak mengerti. Anda sudah mandi, Anda turun ke lantai bawah, dan Anda memandang—bukan cuma sepintas lalu—melainkan sungguh-sungguh memandang pepohonan, Anda memandang burung yang terbang melintas, Anda memandang gerak dedaunan tertiup angin. Dan ketika Anda memandang, Anda sungguh-sungguh memandang. Jangan sekadar berkata, “Saya sudah melihatnya”, melainkan berikan perhatian kepadanya. Pahamkah Anda apa yang saya katakan?

Jadi, sebelum Anda masuk ke ruangan ini, pandanglah segala sesuatu dengan jelas dan dengan penuh perhatian, dengan kasih sayang. Dan ketika Anda masuk dan ada orang tengah membaca sesuatu, Anda duduk diam. Melihatkah Anda apa yang terjadi? Oleh karena Anda telah memandang segala sesuatu secara luas, maka ketika Anda duduk diam, keheningan itu menjadi alamiah dan mudah, oleh karena Anda telah memberikan perhatian kepada segala sesuatu yang Anda pandang. Anda membawa perhatian itu sampai—ketika Anda duduk diam—tidak ada pikiran mengembara, tidak ada keinginan untuk melihat sesuatu lagi. Jadi dengan perhatian itu Anda duduk, dan perhatian itu adalah keheningan. Anda tidak bisa memandang bila Anda tidak penuh perhatian, yang berarti diam. Saya tidak tahu, melihatkah Anda pentingnya ini?

Keheningan itu perlu oleh karena batin yang sungguh-sungguh sangat hening—bukan terdistorsi—memahami sesuatu yang tidak terdistorsi, yang sungguh-sungguh di atas ukuran pikiran. Dan itulah asal mula segala sesuatu.

Anda dapat melakukan ini bukan saja ketika Anda duduk di ruangan ini, melainkan sepanjang waktu, ketika Anda tengah makan, bercakap-cakap, bermain; selalu ada rasa

perhatian yang telah Anda kumpulkan pada pagi hari. Dan sementara Anda melakukannya, ia menembus semakin dalam. Lakukanlah!

Siswa: *Pak, bukankah perhatian yang kita berikan lebih penting daripada duduk diam?*

Krishnamurti: Saya katakan, ada perhatian yang Anda berikan ketika mengamati burung-burung, pepohonan, awan-awan. Dan kemudian, ketika Anda memasuki ruangan, Anda mengumpulkan perhatian itu, mengintensifkannya—pahamkah Anda? Dan itu terus berlangsung sepanjang hari, sekalipun Anda tidak memperhatikannya lagi. Cobalah esok pagi; saya akan menanyai Anda tentang itu. Ujian! (*Suara tertawa*) Oleh karena bila Anda meninggalkan tempat ini, Anda harus sudah menangkap sesuatu—bukan Hindu, bukan pula Kristen—maka hidup Anda akan menjadi suci. (*Jeda*)

Apa kata Anda, Sophia? Saya akan membuat Anda bicara!

Siswa: *Kadang-kadang kita lupa, dan pada saat itu pikiran membentuk kita kembali.*

Krishnamurti: Yang Anda katakan adalah: saya mengamati burung-burung, pepohonan, dedaunan, gerak ranting tertiup angin, saya mengamati cahaya pada rerumputan, embun—saya menaruh perhatian. Dan ketika saya memasuki ruangan ini, saya masih penuh perhatian. Bukan memperhatikan sesuatu—pahamkah Anda? Di luar sana saya memperhatikan burung, daun. Di dalam sini, ketika saya masuk, saya tidak memperhatikan apa pun—saya sekadar penuh perhatian. Lalu, dalam keadaan penuh perhatian itu, muncul pikiran—bukan? “Saya belum merapikan tempat tidur saya”, “Saya harus membersihkan sepatu saya”, atau pikiran apa pun, dan Anda mengejar pikiran itu. Ikutilah sampai pikiran itu

berhenti; jangan berkata, “Saya tidak boleh berpikir begitu.” Selesaikanlah. Dalam proses menyelesaikan pikiran itu, sebuah pikiran baru muncul. Jadi, kejarlah setiap pikiran sampai pikiran itu berhenti; dengan demikian tidak ada pengendalian, tidak ada pengekangan. Tidak peduli ada seratus pikiran muncul. Saya akan ikuti satu pikiran pada satu saat, sehingga batin menjadi amat tertib. Saya tidak tahu, pahamkah Anda akan semua ini?

Siswa: *Jadi di mana keheningan masuk?*

Krishnamurti: Anda tidak risau tentang keheningan, oleh karena jika pikiran muncul, Anda tidak hening. Maka jangan paksa diri menjadi hening, ikuti pikiran itu.

Siswa: *Apakah itu ada akhirnya?*

Krishnamurti: Ya, jika Anda menyelesaikannya; tetapi jika Anda tidak mengikuti sampai ia berhenti, ia akan kembali lagi oleh karena Anda tidak menyelesaikan satu hal. Pahamkah Anda?

Begini, saya keluar rumah, mengelilingi taman dan mengamati, memperhatikan keindahan, kelembutan, gerak dedaunan. Saya mengamati segala sesuatu, lalu saya masuk ke ruangan ini dan duduk. Anda membaca sesuatu dan saya duduk diam. Saya mencoba duduk diam, dan tubuh saya bergerak karena saya punya kebiasaan bergerak-gerak, jadi saya harus mengamati itu, saya memperhatikannya, saya tidak membetulkannya. Anda tidak bisa membetulkan gerak dedaunan, bukan? Demikian pula, saya tidak ingin membetulkan gerak tangan saya; saya mengamatinya, saya memperhatikannya. Bila Anda memperhatikannya, ia menjadi diam—cobalah. Saya duduk diam, satu detik, dua detik, sepuluh detik, lalu tiba-tiba muncul sebuah pikiran: “Saya harus pergi ke suatu tempat sore ini. Saya tidak

membuat pekerjaan rumah saya. Saya belum membersihkan kamar mandi." Atau kadang-kadang pikiran itu jauh lebih rumit; saya iri hati kepada orang itu. Sekarang saya merasakan iri hati itu. Jadi, ikutilah sampai tuntas dan pandanglah itu. Iri hati menyiratkan suatu pembandingan, persaingan, peniruan. Apakah saya mau meniru?—pahamkah Anda? Ikutilah sampai pikiran itu berakhir dan selesaikanlah, jangan bawa-bawa pikiran itu. Dan bila ada pikiran lain muncul, Anda berkata, "Tunggu, saya akan kembali ke situ."

Jika Anda ingin memainkan permainan ini dengan amat cermat, Anda menuliskan setiap pikiran yang muncul pada sehelai kertas, dan Anda akan segera menemukan betapa pikiran bisa tertib oleh karena Anda menuntaskan setiap pikiran, satu demi satu. Dan ketika Anda duduk diam pada hari berikutnya, Anda sungguh-sungguh diam. Tidak ada pikiran muncul karena Anda telah menyelesaikannya; yang berarti Anda telah menyemir sepatu Anda, Anda telah membersihkan kamar mandi, Anda telah meletakkan handuk di tempat yang semestinya pada saat yang tepat. Ketika Anda duduk, Anda tidak berkata, "Saya tidak mengembalikan handuk ke tempatnya." Jadi apa yang Anda lakukan Anda tuntaskan setiap kali, dan ketika Anda duduk diam Anda akan hening secara menakjubkan, Anda menghasilkan suatu rasa tertib yang luar biasa dalam hidup Anda. Jika Anda tidak mempunyai ketertiban itu, Anda tidak mungkin bisa hening; dan bila Anda mempunyainya, bila batin sungguh-sungguh hening, maka di situ mulailah keindahan sejati dan misteri berbagai hal. Itulah agama yang sejati. [4]

BAGIAN II :

BATIN YANG HENING

3. MEDITASI DAN BATIN YANG HENING

Meditasi bukanlah pencarian

Meditasi bukanlah pencarian; itu bukan mencari, menggali, menjelajahi. Meditasi adalah suatu ledakan dan temuan. Itu bukan menjinakkan otak untuk menyesuaikan diri, bukan pula suatu analisis mengintrospeksi diri. Itu pasti bukan latihan konsentrasi, yang menerima, memilih, dan menolak. Meditasi adalah sesuatu yang datang secara alamiah, ketika seluruh pernyataan dan pencapaian—positif maupun negatif—telah dipahami dan runtuh dengan mudah. Meditasi adalah pengosongan otak secara total. Kekosongan itulah yang esensial, bukan apa yang ada di dalam kekosong-an; yang ada hanyalah melihat dari kekosongan. Segala kebajikan—bukan moralitas dan keterhormatan sosial—ber-sumber dari situ. Landasan dari perilaku lurus ada di dalam kekosongan ini. Meditasi adalah awal dan akhir dari segala sesuatu. [5]

*****

Di dalam nyala api meditasi, pikiran berakhir

Berada di beranda yang harum itu, ketika fajar masih lama lagi dan pepohonan masih hening, yang menjadi esensi adalah keindahan. Tetapi esensi ini tidak dapat dialami; pengalaman harus berakhir, oleh karena pengalaman hanya memperkuat apa yang diketahui. Yang diketahui bukanlah esensi. Meditasi bukanlah mengalami lebih lanjut; itu bukan saja pengakhiran pengalaman, yang adalah respons terhadap tantangan, besar atau kecil, tetapi juga terbukanya pintu esensi, terbukanya pintu dari sebuah tungku yang nyala

apinya memusnahkan, tanpa meninggalkan abu sedikit pun, tidak ada sisa sedikit pun. Kita adalah sisa peninggalan, pembeo dari beribu-ribu hari kemarin, suatu rangkaian berkelanjutan dari ingatan tanpa akhir, dari pilihan dan keputusasaan. Diri yang besar dan diri yang kecil adalah pola eksistensi, dan eksistensi adalah pikiran dan pikiran adalah eksistensi, beserta kesedihan yang tak kunjung berakhir. Di dalam nyala api meditasi pikiran berakhir dan bersamanya juga perasaan, karena keduanya bukanlah cinta. Tanpa cinta, tidak ada esensi; tanpa cinta hanya ada abu, yang padanya eksistensi kita berdasar. Dari kekosongan itu muncullah cinta. [6]

*****

Meditasi adalah perhatian yang di situ tidak terdapat pencatatan

Meditasi adalah perhatian yang di situ tidak terdapat pencatatan. Biasanya batin mencatat hampir segala sesuatu—suara bising, kata-kata yang digunakan—batin mencatat seperti sebuah tape-recorder. Nah, mungkinkah bagi batin untuk tidak mencatat, kecuali apa yang mutlak perlu? Mengapa saya harus mencatat sebuah penghinaan? Mengapa? Mengapa saya harus mencatat sebuah sanjungan? Itu tidak perlu. Mengapa saya harus mencatat setiap luka di hati? Tidak perlu. Oleh karena itu, catatlah saja apa yang perlu untuk bekerja dalam kehidupan sehari-hari—sebagai teknisi, penulis, dan sebagainya—tetapi secara psikologis, jangan mencatat apa pun. Di dalam meditasi tidak ada pencatatan secara psikologis, tidak ada pencatatan kecuali fakta-fakta kehidupan yang praktis, seperti pergi ke kantor, bekerja di pabrik, dan sebagainya—tak ada yang lain. Dari situ datanglah keheningan penuh, oleh karena pikiran telah

berakhir—kecuali untuk berfungsi hanya apabila mutlak perlu. Waktu telah berakhir, dan terdapat sejenis gerak yang sama sekali berbeda, di dalam keheningan. [7]

*****

Tidak ada hari esok di dalam meditasi

Meditasi tanpa suatu rumus tertentu, tanpa penyebab dan alasan, tanpa akhir dan tujuan, adalah suatu fenomena yang mencengangkan. Itu bukan saja suatu ledakan besar yang menyucikan, tetapi meditasi juga adalah kematian, yang tak punya hari esok. Kemurniannya menghancurkan, tidak meninggalkan sudut tersembunyi yang di situ pikiran bisa mengendap di dalam bayangannya sendiri yang gelap. Kemurniannya adalah rentan [*vulnerable*]; itu bukan kebajikan yang dihasilkan melalui perlawanan. Ia murni oleh karena tidak punya perlawanan, seperti cinta. Tidak ada hari esok di dalam meditasi, tidak ada dalih terhadap kematian. Matinya hari kemarin dan hari esok tidak meninggalkan saat sekarang yang remeh—dan waktu selalu remeh—melainkan suatu penghancuran yang adalah apa yang baru. Meditasi adalah ini, bukan perhitungan bodoh dari otak yang mencari rasa aman. Meditasi adalah penghancuran rasa aman, dan terdapat keindahan besar dalam meditasi, bukan keindahan dari hal-hal yang dibentuk oleh manusia atau oleh alam, melainkan dari keheningan. Keheningan itu adalah kekosongan, yang di dalam itu dan dari situ segala sesuatu mengalir dan berada.

Meditasi tidak dapat diketahui, baik intelek maupun perasaan tidak bisa mencapainya; tidak ada jalan untuk mencapainya, dan suatu metode untuk mencapainya adalah ciptaan otak yang serakah. Seluruh akal dan cara dari diri yang menghitung-hitung harus dimusnahkan sama sekali;

seluruh gerak ke depan atau ke belakang, yakni jalan dari waktu, harus berakhir, tanpa hari esok.

Meditasi adalah penghancuran; ia adalah bahaya besar bagi mereka yang ingin hidup secara dangkal, hidup di dalam khayalan dan mitos. [8]

*****

Peniadaan total dari segala sesuatu yang diketahui

Meditasi, pada jam-jam yang hening pada dini hari, tanpa sebuah mobil pun menderu lewat, adalah mekarnya keindahan. Itu bukan pikiran yang menjelajah dengan kemampuannya yang terbatas, bukan pula kepekaan perasaan; itu bukan suatu substansi di dalam atau di luar yang mengekspresikan dirinya; itu bukan gerak waktu, oleh karena otak diam. Itu adalah peniadaan total dari segala sesuatu yang diketahui; bukan suatu reaksi, melainkan suatu pengingkaran tanpa sebab; itu adalah gerak dalam kebebasan sepenuhnya, gerak yang tak punya arah dan dimensi. Di dalam gerak itu terdapat energi tak terbatas, yang esensinya adalah keheningan itu sendiri. Tindakannya adalah tanpa-tindakan yang total, dan esensi dari tanpa-tindakan itu adalah kebebasan. Terdapat kebahagiaan besar, ekstase besar yang musnah oleh sentuhan pikiran. [9]

*****

Meditasi bisa berlangsung ketika Anda duduk dalam bus

Meditasi adalah salah satu seni terbesar dalam hidup—mungkin yang terbesar, dan orang tidak bisa mempelajarinya dari orang lain; itulah keindahannya. Meditasi tidak punya

teknik, dan dengan demikian tidak punya otoritas. Bila Anda belajar tentang diri Anda sendiri, mengamati diri Anda sendiri, mengamati bagaimana Anda berjalan, bagaimana Anda makan, apa yang Anda bicarakan, gunjingan, kebencian, kecemburuan—jika Anda eling akan semua itu di dalam diri Anda, tanpa memilih sedikit pun, itulah bagian dari meditasi.

Jadi meditasi bisa berlangsung ketika Anda duduk dalam bus, atau berjalan-jalan di hutan yang penuh dengan cahaya dan bayangan, atau menyimak kicau burung-burung, atau memandang wajah istri atau anak Anda. [10]

*****

Tidak ada meditasi lain kecuali meditasi kehidupan sehari-hari

Bila Anda memandang sebatang pohon, atau wajah tetangga Anda atau wajah istri atau suami Anda, dan jika Anda memandang dengan kualitas batin yang hening sepenuhnya, maka Anda akan melihat sesuatu yang tak mungkin dicapai melalui latihan apa pun. Jika Anda berlatih suatu metode, Anda masih hidup di dalam ruang yang amat sempit yang diciptakan oleh pikiran, sebagai si 'aku', yang berlatih, yang maju. Ruang itu penuh dengan konflik, penuh dengan pencapaian dan kegagalannya sendiri. Batin seperti itu tak pernah bisa hening, apa pun yang dilakukannya.

Meditasi adalah pemahaman akan kenikmatan dan keinginan; memahami bukan menekan, bukan secara intelektual mengutarakan dengan kata-kata atau merasionalisasikan—memahami seluruh proses kesadaran yang dijalani sehari-hari, beserta segala kebingungannya, kesengsaraannya—itulah meditasi. Tidak ada meditasi lain kecuali

meditasi kehidupan sehari-hari—akan bagaimana Anda bertindak, bagaimana Anda berpikir, bagaimana Anda merasa—dari pemahaman ini datanglah keheningan.

Hanya di dalam keheningan cinta bisa berada. Kualitas cinta tidak lahir dari keinginan, konflik dan seluruh keburukan dan siksaan; ia muncul dengan pemahaman akan waktu, ruang, keinginan, kenikmatan; ketika itulah terlihat bahwa cinta bukanlah keinginan dan kenikmatan. Batin yang polos dapat memecahkan semua masalah dan semua tantangan yang dihadapinya. Ia sadar sepenuhnya akan semua masalah manusia—dan ia menjadi tak terukur. Bagi batin seperti itu tak ada waktu dan tak ada kematian. Untuk sampai pada batin seperti itu, orang harus mengakhiri kesedihan; pengakhiran kesedihan adalah awal kearifan. [11]

*****

Meditasi tidak terpisah dari kehidupan

Kita hampir tak pernah menyimak salak seekor anjing, atau tangis seorang bayi atau tawa seorang laki-laki selagi ia melintas. Kita memisahkan diri dari segala sesuatu, lalu dari keterasingan ini kita memandang dan menyimak terhadap segala sesuatu. Keterpisahan inilah yang begitu merusak, oleh karena di dalamnya terletak semua konflik dan kebingungan.

Jika Anda menyimak suara lonceng itu dengan keheningan penuh, Anda akan mengendarainya—atau lebih tepat, suara itu akan membawa Anda menyeberangi lembah dan melampaui pebukitan. Keindahannya hanya terasa apabila Anda dan suara itu tidak terpisah, bila Anda menjadi bagian darinya. Meditasi adalah pengakhiran keterpisahan ini, bukan dengan tindakan dari kehendak atau keinginan,

atau dengan mencari kenikmatan dari hal-hal yang belum pernah dikecap.

Meditasi tidak terpisah dari kehidupan; ia adalah esensi kehidupan itu sendiri, esensi kehidupan sehari-hari itu sendiri. Menyimak lonceng-lonceng itu, menyimak tawa pak tani itu sementara ia melintas bersama istrinya, menyimak gemerincing lonceng sepeda anak perempuan kecil itu selagi ia melintas. Maka hidup seluruhnya, bukan hanya satu pecahan darinya, terbuka oleh meditasi. [12]

*****

Anda bisa melakukannya sepanjang hari

Meditasi bukan sesuatu yang berbeda dari kehidupan sehari-hari. Jangan pergi ke sudut ruangan dan bermeditasi selama sepuluh menit, lalu keluar dari situ dan menjadi penjagal—baik secara metaforis maupun sesungguhnya.

Meditasi adalah salah satu hal paling serius; Anda melakukannya sepanjang hari, di kantor, bersama keluarga, ketika Anda berkata kepada seseorang, “Saya cinta kepada-mu”, ketika Anda memikirkan anak-anak Anda, ketika Anda mendidik mereka untuk menjadi tentara, membunuh, menjadi nasionalis, memuja bendera, mendidik mereka untuk memasuki perangkap dunia modern ini. Mengamati semua itu, menyadari peran Anda di dalamnya, semua itu adalah bagian dari meditasi.

Dan ketika Anda bermeditasi seperti itu, Anda akan menemukan di dalamnya suatu keindahan luar biasa; Anda akan bertindak secara benar setiap saat. Dan jika Anda tidak bertindak benar pada saat tertentu, itu tidak apa-apa, Anda akan melakukannya lagi—Anda tidak akan membuang

waktu dengan penyesalan. Meditasi adalah bagian dari kehidupan, bukan sesuatu yang berbeda dari kehidupan. [13]

*****

Aneh betapa si pemeditasi ini tetap bertahan

Batin juga diam sama sekali. Bagaimana pun juga, meditasi bukanlah alat untuk menghasilkan suatu produk, untuk menghasilkan keadaan yang pernah ada atau yang mungkin ada. Jika meditasi disertai niat tertentu, hasil yang diinginkan mungkin diperoleh, tetapi itu bukan meditasi, itu hanyalah pemenuhan keinginan. Keinginan tidak pernah terpuaskan; tak ada akhir bagi keinginan. Memahami keinginan, tanpa berupaya mengakhirinya, atau memeliharanya, adalah awal dan akhir dari meditasi.

Tetapi ada sesuatu di atas itu. Aneh betapa si pemeditasi ini tetap bertahan; ia ingin berlanjut, ia menjadi si pengamat, dia yang mengalami, suatu mekanisme mengingat-ingat, dia yang menilai, mengumpulkan, membuang. Jika meditasi adalah dari si pemeditasi, itu hanya memperkuat si pemeditasi, dia yang mengalami. Keheningan batin ialah tidak adanya dia yang mengalami, tidak adanya si pengamat yang sadar bahwa ia diam. Bila batin diam, terdapat keadaan bangun. Anda bisa sekali-sekali bangun terhadap banyak hal; Anda bisa menggali, mencari, menyelidik, tetapi ini adalah kegiatan dari keinginan, dari kehendak, dari kemasyhuran dan keuntungan. Apa yang selamanya bangun bukanlah keinginan bukan pula produk dari keinginan. Keinginan menumbuhkan konflik dualitas, dan konflik adalah kegelapan. [14]

*****

Meditasi bukanlah proses intelektual

Meditasi adalah gerak dalam perhatian. Perhatian bukanlah suatu pencapaian, oleh karena ia bukanlah pribadi. Unsur pribadi muncul hanya apabila terdapat si pengamat sebagai pusat, yang dari situ ia berkonsentrasi atau mendominasi. Jadi semua pencapaian adalah terpecah-belah [*fragmentary*] dan terbatas. Perhatian tidak punya batas, tidak punya perbatasan untuk dilintasi; perhatian adalah kejernihan, bebas dari segenap pikiran. Pikiran tidak mungkin menghasilkan kejernihan, oleh karena pikiran berakar pada masa lampau yang mati; jadi berpikir adalah tindakan dalam kegelapan. Keelingan akan hal ini berarti penuh perhatian. Keelingan bukanlah suatu metode yang membawa pada perhatian; perhatian seperti itu berada dalam lingkup pikiran, dan dengan demikian dapat dikendalikan atau dimodifikasikan. Eling akan tiadanya perhatian adalah perhatian. Meditasi bukanlah proses intelektual—yang masih berada dalam lingkup pikiran. Meditasi adalah kebebasan dari pikiran, dan suatu gerak dalam ekstase kebenaran. [15]

*****

Si pemeditasi adalah meditasi

Pernahkah Anda menyelami masalah meditasi, salah seorang dari Anda? Meditasi tidak berkepentingan dengan meditasi melainkan dengan si pemeditasi—melihatkah Anda perbedaannya? Kebanyakan dari Anda berkepentingan dengan meditasi, apa yang harus dilakukan, bagaimana bermeditasi selangkah demi selangkah, dan sebagainya—itu bukan masalahnya sama sekali. Si pemeditasi adalah meditasi. Memahami si pemeditasi adalah meditasi.

Nah, jika Anda pernah menyelami masalah meditasi ini, si pemeditasi harus berakhir, melalui pemahaman, bukan melalui penekanan, bukan dengan membunuh pikiran. Artinya, memahami diri sendiri berarti memahami gerak pikiran; pikiran adalah gerak otak beserta seluruh ingatan-nya—gerak pikiran mencari rasa aman, dan sebagainya.

Nah, si pemeditasi bertanya, bisakah otak ini menjadi hening sepenuhnya? Yang berarti, bisakah otak menjadi diam sama sekali, namun tetap bekerja dari keheningan ini bukan sebagai tujuannya sendiri. Mungkin semua ini terlalu rumit bagi Anda; sesungguhnya itu sangat sederhana. [16]

*****

Si pemeditasi tak pernah tahu kebaikan meditasi

Meditasi adalah mekarnya kebaikan; itu bukan pemupukan kebaikan. Apa yang dipupuk tak pernah lestari; ia berlalu, dan harus dimulai lagi. Meditasi bukanlah bagi si pemeditasi. Si pemeditasi tahu bagaimana bermeditasi; ia berlatih, mengendalikan, membentuk, berjuang; tetapi kegiatan batin ini bukanlah cahaya meditasi. Meditasi tidak disusun oleh batin; itu adalah keheningan total dari batin, yang di situ pusat dari pengalaman, pengetahuan, pikiran, tidak ada. Meditasi adalah perhatian penuh tanpa suatu obyek yang di situ pikiran asyik. Si pemeditasi tak pernah tahu kebaikan meditasi. [17]

*****

Tidak ada diri yang kekal untuk dipelajari

Krishnamurti: Kita berkepentingan akan pemahaman total akan manusia. Dan ini adalah meditasi. Meditasi bukanlah

pelarian dari ‘apa adanya’. Meditasi adalah memahami itu dan mengatasinya. Tanpa memahami ‘apa adanya’, meditasi menjadi sekadar hipnosis-diri dan pelarian ke dalam penampakan-penampakan dan khayalan-khayalan imajinatif.

Meditasi adalah pemahaman akan seluruh kegiatan pikiran yang menghasilkan si ‘aku’, diri, ego, sebagai fakta. Lalu pikiran mencoba memahami gambaran yang telah diciptakannya, seolah-olah diri itu sesuatu yang kekal. Diri ini lalu membagi dirinya menjadi diri yang tinggi dan diri yang rendah, dan pembagian ini pada gilirannya membawa konflik, kesengsaraan, dan kebingungan. Mengetahui diri tidak sama dengan memahami bagaimana diri ini muncul. Pada yang satu, kita menganggap adanya diri yang kekal. Pada yang lain, melalui pengamatan, kita belajar bagaimana diri ini dibentuk oleh pikiran. Jadi, memahami pikiran, liku-likunya dan kelicinannya, kegiatannya dan pemisahannya, adalah awal dari meditasi.

Tetapi jika Anda beranggapan diri adalah entitas yang kekal, Anda mempelajari diri yang tidak ada, oleh karena ia hanya seonggok ingatan, kata-kata, dan pengalaman. Jadi mengenal diri bukanlah pengetahuan tentang diri, melainkan melihat bagaimana diri ini terbentuk, dan bagaimana ini telah membawa keterpecahan kehidupan. Kita harus melihat dengan sangat jelas kesalahpahaman ini. Tidak ada diri yang kekal untuk dipelajari. Tetapi mempelajari liku-liku pikiran dan kegiatannya berarti mengakhiri kegiatan yang berpusat pada diri. Inilah landasan meditasi.

Tanpa memahami ini secara mendalam dan radikal, meditasi menjadi sekadar permainan bagi orang bodoh, dengan penampakan-penampakan mereka yang remeh dan absurd, pengalaman penuh khayal, dan tenaga yang dapat

disalahgunakan. Landasan ini menyiratkan keelingan, pengamatan terhadap apa adanya tanpa memilih sedikit pun, melihat tanpa prasangka apa yang terjadi secara aktual, baik di luar maupun di dalam, tanpa pengendalian atau keputusan apa pun. Perhatian ini adalah tindakan yang bukan sesuatu yang terpisah, oleh karena hidup adalah tindakan. Anda tidak perlu menjadi seorang aktivis, yang lagi-lagi merupakan keterpecahan kehidupan. Jika kita sungguh-sungguh berkepentingan dengan tindakan total, bukan tindakan yang terpecah-belah, maka tindakan total datang bersama perhatian total, yang adalah melihat 'apa adanya' secara aktual, baik ke dalam maupun ke luar. Dan melihat itu sendiri adalah bertindak.

Penanya: *Tetapi, tidakkah Anda membutuhkan latihan dalam hal ini? Suatu metode tertentu untuk dilatih supaya bisa penuh perhatian, supaya bisa menjadi peka?*

Krishnamurti: Itulah yang ditawarkan oleh berbagai aliran meditasi, yang sesungguhnya absurd. Metode menyiratkan suatu pengulangan mekanikal dari kata-kata, atau dari pengendalian, atau dari penyesuaian diri. Dalam pengulangan ini batin menjadi mekanikal. Batin yang mekanikal tidak peka. Dalam melihat kebenaran dari proses mekanikal ini, batin terbebaskan dan dengan demikian menjadi peka. Melihat itulah perhatian.

Penanya: *Tetapi saya tidak bisa melihat jelas. Bagaimana saya melakukan ini?*

Krishnamurti: Untuk melihat jelas tidak boleh ada pilihan, tidak boleh ada prasangka, tidak boleh ada perlawanan atau pelarian. Temukan apakah Anda mempunyai pelarian, apakah Anda memilih-milih, apakah Anda mempunyai prasangka. Pahami ini. Maka batin bisa mengamati dengan

sangat jelas bukan hanya langit, dunia, tetapi juga apa yang berlangsung di dalam Anda—yakni diri.

Penanya: *Tetapi tidakkah meditasi menghasilkan pengalaman-pengalaman luar biasa?*

Krishnamurti: Pengalaman-pengalaman luar biasa sama sekali tidak relevan dan berbahaya. Batin yang dijejali pengalaman ingin memperoleh pengalaman lebih luas, lebih besar, lebih transenden. 'Lebih banyak' adalah musuh kebaikan. Kebaikan hanya mekar di dalam pemahaman akan 'apa adanya', bukan dalam menginginkan pengalaman lebih banyak dan lebih besar. Dalam meditasi memang ada hal-hal tertentu yang terjadi, yang untuk itu tidak ada kata-kata untuk menggambarkannya; dan jika Anda berbicara tentang itu, itu bukanlah yang nyata. [18]

*****

Kita harus meletakkan landasan perilaku benar

Jika kita bebas dari pencarian yang abadi ini, bebas dari tuntutan dan keinginan untuk mengalami sesuatu yang luar biasa, maka kita bisa melanjutkan untuk menemukan apa meditasi itu. Kata itu—seperti kata 'cinta', 'kematian', 'keindahan', 'kebahagiaan'—begitu terbebani makna-makna. Ada begitu banyak aliran yang mengajarkan kepada Anda bagaimana bermeditasi. Tetapi untuk memahami apa meditasi itu, kita harus lebih dulu meletakkan landasan perilaku benar. Tanpa landasan itu, sesungguhnya meditasi adalah sejenis hipnosis-diri, tanpa bebas dari marah, cemburu, iri hati, serakah, ingin mengambil, benci, bersaing, ingin sukses—semua itu bentuk-bentuk moral dan terhormat dari apa yang dianggap lurus. Tanpa meletakkan landasan yang benar, tanpa sungguh-sungguh hidup sehari-hari bebas

dari pendistorsian oleh ketakutan, kecemasan, keserakahan pribadi, dan seterusnya, meditasi sangat sedikit artinya.

Meletakkan landasan itu adalah sangat penting. Jadi kita bertanya: apakah kebajikan [*virtue*] itu? Apakah moralitas itu? Mohon jangan menilai pertanyaan ini borjuis, bahwa itu tidak punya makna dalam suatu masyarakat permisif, yang mengizinkan segala sesuatu. Kita tidak berkepentingan dengan masyarakat seperti itu; kita berkepentingan dengan kehidupan yang bebas sepenuhnya dari ketakutan, dengan kehidupan yang mampu memiliki cinta yang mendalam dan menetap. Tanpa itu, meditasi hanyalah sekadar penyimpang-an; itu seperti menggunakan Narkoba—seperti dilakukan oleh banyak orang—untuk memperoleh pengalaman luar biasa namun menjalani hidup yang kerdil dan compang-camping. Mereka yang makan obat mempunyai pengalaman-pengalaman aneh: mereka mungkin melihat sedikit lebih banyak warna-warni, mereka mungkin menjadi sedikit lebih peka, dan karena peka, dalam keadaan terpengaruh zat kimia itu, mereka mungkin melihat hal-hal tanpa ruang di antara si pengamat dan apa yang diamati; tetapi bila efek zat kimia itu berakhir, mereka kembali ke keadaan mereka semula dengan ketakutan, dengan kebosanan, kembali ke dalam rutinitas semula—lalu mereka harus makan obat lagi.

Kalau kita tidak meletakkan landasan kebajikan, meditasi menjadi kiat untuk mengendalikan batin, untuk membuat batin hening, untuk memaksa batin menyesuaikan diri dengan pola dari suatu sistem yang berkata, “Lakukan begini-begitu, dan Anda akan mendapat ganjaran besar.” Tetapi batin seperti itu—apa pun yang Anda lakukan dengan segala metode dan sistem yang ditawarkan—akan tetap kerdil, remeh, terkondisi, dan dengan demikian tidak ada gunanya.

Kita harus menyelidiki apa kebajikan itu, apa perilaku itu. Apakah perilaku itu hasil dari pengkondisian oleh lingkungan, oleh masyarakat, oleh budaya di mana kita dibesarkan?—Anda berperilaku sesuai dengan itu. Apakah itu kebajikan? Ataukah kebajikan terletak dalam kebebasan dari moralitas sosial sebagai keserakahan, iri hati dan sebagainya?—yang dianggap sangat terhormat. Bisakah kebajikan dipupuk?—dan kalau bisa dipupuk, lalu apakah itu tidak menjadi sesuatu yang mekanikal dan dengan demikian bukan kebajikan sama sekali?

Kebajikan adalah sesuatu yang hidup, mengalir, yang terus-menerus memperbarui dirinya; itu tidak mungkin disusun di dalam waktu; itu seperti mengatakan, bahwa Anda bisa memupuk sikap rendah hati. Bisakah Anda memupuk sikap rendah hati? Hanya orang yang angkuh yang "memupuk" sikap rendah hati; apa pun yang dipupuknya, ia akan tetap angkuh.

Tetapi di dalam melihat dengan sangat jelas hakekat keangkuhan dan kebanggaan; di dalam melihat itu sendiri, terdapat pembebasan dari keangkuhan dan kebanggaan itu—dan di situ terdapat sikap rendah hati.

Bila ini jelas sekali, maka kita bisa melanjut untuk menemukan apa meditasi itu. Jika kita tidak dapat melakukan ini dengan sangat dalam, dengan cara yang sangat nyata dan serius—bukan untuk satu-dua hari saja, lalu berhenti—jangan bicara tentang meditasi. Meditasi—jika Anda paham apa itu—adalah salah satu hal yang paling luar biasa; tetapi Anda tidak mungkin memahaminya kalau Anda tidak mengakhiri sikap mencari, meraba-raba, menginginkan, dengan serakah menggenggam sesuatu yang Anda anggap sebagai kebenaran—yang adalah proyeksi pikiran Anda

sendiri. Anda tidak bisa datang kepada meditasi kalau Anda masih menuntut suatu “pengalaman”, kalau Anda tidak memahami kebingungan di mana kita hidup, ketidaktertiban dari kehidupan kita sendiri. Di dalam pengamatan terhadap ketidaktertiban itu, ketertiban muncul—yang bukan sebuah cetakbiru. Bila Anda telah melakukan ini—yang itu sendiri adalah meditasi—maka kita bisa bertanya, bukan hanya apa meditasi itu, tetapi juga apa yang bukan meditasi, oleh karena di dalam pengingkaran terhadap apa yang palsu, kebenaran muncul. [19]

*****

Konsentrasi tidak membawa pada suka cita meditasi

Marilah kita bedakan antara konsentrasi dan meditasi. Nah, bila Anda bicara tentang meditasi, kebanyakan dari Anda memaksudkan sekadar belajar cara berkonsentrasi. Tetapi konsentrasi tidak membawa pada suka cita meditasi. Renungkan apa yang terjadi di dalam apa yang Anda namakan “meditasi”, yang tidak lebih dari proses melatih batin untuk berkonsentrasi pada suatu obyek atau ide tertentu. Anda menyisihkan dari batin Anda segala pikiran atau gambaran lain kecuali satu yang telah Anda pilih dengan sengaja; Anda mencoba memfokuskan batin Anda pada ide, gambar atau kata yang satu itu. Nah, itu sekadar penyusutan pikiran, pembatasan pikiran. Bila pikiran-pikiran lain muncul dalam proses penyusutan pikiran ini, Anda membuangnya, Anda mengesampingkannya. Jadi, batin Anda menjadi semakin sempit, semakin kurang lentur, semakin kurang bebas.

Mengapa Anda ingin berkonsentrasi? Oleh karena Anda melihat suatu iming-iming, suatu ganjaran, menantikan Anda sebagai hasil dari konsentrasi. Anda ingin menjadi seorang siswa spiritual, Anda ingin menemukan Sang Master, Anda ingin berkembang secara spiritual, Anda ingin memahami kebenaran. Jadi konsentrasi Anda menjadi sepenuhnya merusak pikiran dan perasaan, oleh karena Anda melihat meditasi, konsentrasi, dalam kaitan dengan perolehan, dalam kaitan dengan pelarian dari pergulatan.

Pikirkanlah sejenak, kalian yang telah mempraktekkan meditasi, konsentrasi, selama bertahun-tahun. Anda telah memaksa batin Anda menyesuaikan diri dengan suatu pola tertentu, menyesuaikan diri dengan suatu gambaran atau ide, atau membentuk diri menurut kecenderungan atau prasangka tertentu. Nah, semua kepercayaan, cita-cita, kecenderungan tergantung pada suka dan tidak suka pribadi.

Disiplin-diri Anda, apa yang Anda namakan “meditasi”, adalah sekadar proses yang dengan itu Anda mencoba memperoleh sesuatu sebagai imbalannya. Dan jaminan akan sesuatu sebagai imbalan ini, mencari ganjaran ini, juga menjelaskan besarnya keanggotaan gereja-gereja dan komunitas-komunitas keagamaan. Lembaga-lembaga ini menjanjikan ganjaran, imbalan bagi pengikut mereka yang dengan setia menaati disiplin mereka.

Bila terdapat pengendalian, tidak ada meditasi dari hati. Bila Anda mencari dengan harapan memperoleh sesuatu, memperoleh imbalan, pencarian Anda telah berakhir. [20]

*****

Akar semua masalah adalah pikiran

Tidak ada urutan di dalam meditasi. Tidak ada kelanjutan [*continuity*], oleh karena ini menyiratkan waktu dan ruang dan tindakan di dalamnya. Seluruh kegiatan psikologis kita berada di dalam lingkup waktu dan ruang, dan dari sini datanglah tindakan, yang selalu tidak tuntas.

Batin kita terkondisi untuk menerima waktu dan ruang. Dari sini ke sana, rantai sebab-akibat ini-itu, adalah urutan di dalam waktu. Di dalam gerak ini, tindakan menghasilkan kontradiksi, dan dengan demikian konflik. Inilah kehidupan kita.

Bisakah tindakan bebas dari waktu, sehingga tidak ada penyesalan dan tidak ada pula antisipasi, tindakan yang melihat ke belakang dan ke depan? Melihat adalah bertindak. Bukan lebih dulu memahami, lalu bertindak, melainkan melihat yang di dalamnya sendiri adalah tindakan. Di sini tidak ada unsur waktu, jadi batin selalu bebas. Waktu dan ruang adalah jalan dari pikiran, yang membangun dan menghidupi diri, si aku dan si bukan-aku, dengan seluruh tuntutannya akan pemenuhan, perlawanannya, dan ketakut-an terluka.

Pada pagi ini kualitas meditasi adalah ketiadaan [*nothingness*], kekosongan total dari waktu dan ruang. Itu adalah fakta dan bukan ide atau paradoks dari spekulasi yang saling bertentangan. Orang menemukan kekosongan yang aneh ini ketika akar dari semua masalah melapuk. Akar itu adalah pikiran, pikiran yang memisahkan dan menahan. Di dalam meditasi batin sungguh-sungguh menjadi kosong dari masa lampau, sekalipun ia bisa menggunakan masa lampau sebagai pikiran. Ini berlangsung terus sepanjang hari, dan di waktu malam tidur adalah kekosongan dari hari kemarin, dan

dengan demikian batin menyentuh apa yang tanpa-waktu [*timeless*]. [21]

*****

Pandanglah saja tanpa pikiran

Saya tidak tahu apakah Anda pernah berjalan menelusuri sebuah jalan yang penuh sesak, atau sebuah jalan yang sunyi, dan sekadar memandang tanpa pikiran. Ada keadaan mengamati tanpa campur tangan pikiran. Sekalipun Anda sadar akan segala sesuatu di sekeliling Anda, dan Anda mengenali orang, gunung, pohon, atau mobil yang mendekat, namun batin Anda tidak berfungsi menurut pola pikiran yang biasa. Saya tidak tahu apakah ini pernah terjadi pada Anda. Coba lakukan itu sekali-sekali ketika Anda tengah berkendara atau berjalan kaki. Pandanglah saja tanpa pikiran; amati saja tanpa reaksi yang menghasilkan pikiran. Sekalipun Anda mengenali warna dan bentuk, sekalipun Anda melihat sungai, mobil, kambing, bus, tidak ada reaksi, yang ada sekadar pengamatan negatif [*negative observation*]; dan keadaan yang dinamakan pengamatan negatif itu sendiri adalah tindakan. Batin seperti itu bisa menggunakan pengetahuan untuk menjalankan apa yang ingin dilakukan-nya, tetapi ia bebas dari pikiran dalam arti tidak berfungsi sebagai reaksi. Dengan batin seperti itu—batin yang penuh perhatian tanpa bereaksi—Anda bisa pergi ke kantor, dan sebagainya. [22]

*****

Keheningan itu mutlak perlu

Di dalam meditasi, tidak ada pencarian pengalaman sama sekali. Harap simak semua ini. Tidak ada pencarian sama sekali, bukan hanya pencarian pengalaman, tetapi juga setiap bentuk pencarian, bertanya, menyelidik. Oleh karena hanya apabila tidak ada pencarian dan bertanya, bila tidak ada pengkondisian yang terarah, ketika otak telah terasah sampai pada kepekaannya yang tertinggi, dari sini datanglah keheningan batin—bukan keheningan yang Anda cari, yang Anda pupuk, itu kematian, itu kemandekan.

Dari kesadaran akan semua yang telah dibahas sampai sekarang pada petang ini—sadar akan burung-burung gagak itu, sadar akan si pembicara, sadar akan reaksi Anda terhadap si pembicara dan kata-kata yang digunakannya, tanpa memilih, mengamati secara negatif, sadar total seperti itu—dari sadar itu terdapat perhatian. Anda tidak bisa memperhatikan bila Anda tidak hening. Anda menyimak burung-burung gagak itu, secara aktual menyimak, memberikan perhatian Anda—bukan perlawanan. Simaklah burung-burung gagak itu dan simaklah si pembicara secara serentak, bukan dua hal yang berbeda. Dan untuk bisa memperhatikan sepenuhnya burung-burung gagak itu dan pembicara, dan mengamati batin Anda sendiri, bagaimana ia bekerja, Anda membutuhkan perhatian yang datang dari keheningan sempurna; kalau tidak, Anda cuma melawan burung-burung gagak itu dan mencoba menyimak si pembicara. Jadi ada pemisahan, ada konflik; ada sikap menolak, ada penyisihan—itulah yang dilakukan kebanyakan orang. ...

Dan hanya batin yang sadar sepenuhnya, ia penuh perhatian sepenuhnya. Dan perhatian dan sadar ini hanya

bisa datang bila ada keheningan total. Keheningan itu mutlak perlu.

Mungkin beberapa dari Anda telah sungguh-sungguh berjalan bersama pembicara sejauh ini; Anda telah secara aktual, faktual, berjalan selangkah demi selangkah dalam perjalanan ini sampai sekarang. Jika Anda lakukan itu, Anda akan melihat bahwa batin Anda luar biasa hening. Mohon, saya tidak menghipnotis Anda—itu begitu tidak dewasa, tipuan tukang sulap yang cerdik. Kita menempuhnya secara aktual, menghayatinya secara aktual; tidak ada kepura-puraan. Entah Anda ada di situ, atau Anda tidak ada di situ. Jika Anda tidak ada di situ, Anda harus mulai dari permulaan sekali, dan menempuhnya.

Jadi tidak ada rasa terhipnotis oleh seseorang, oleh ide-idenya atau oleh kata-katanya atau oleh kerinduan Anda sendiri untuk menemukan keheningan. Itu datang dengan niscaya, seperti matahari terbit di timur pada suatu pagi, ketika batin telah menempuh semua ini dan paham. Oleh karena batin yang matanglah, batin yang mampu memandang dirinya tanpa kenal ampun—tanpa kasihan-diri, tanpa air mata, tanpa harapan, tanpa ketakutan sama sekali—batin yang telanjang bulat, yang mampu berdiri sendiri sepenuh-nya, bukan hanya di dunia ini, tetapi juga di dunia psikologis yang ada di dalam kulit ini, tanpa mengharapkan seseorang, untuk mendapatkan dukungan, untuk mendapatkan suatu cara berperilaku, untuk mendapatkan dorongan.

Jika Anda telah berjalan sejauh itu, maka Anda akan melihat bahwa batin hening sepenuhnya. Di dalam keheningan itu tidak ada pantulan perenungan. Bila Anda memandang ke dalam sebuah sumur yang penuh air dan hening, Anda melihat wajah Anda sendiri; pantulan wajah

Anda sendiri ada di dalam air itu, dan Anda bisa terus memperbaiki pantulan itu sampai bosan, mengubahnya, memodifikasikannya. Di dalam keheningan itu tidak ada pantulan; oleh karena tidak ada si pemikir, tidak ada pikiran. Ia kosong dari semua pengalaman, tetapi ia hidup dengan hebat; ia energi, bukan kematian, bukan kelapukan.

Nah, sejauh ini, kita bisa menggunakan kata-kata sampai di situ. Tetapi untuk menyelam lebih jauh ke dalam keheningan luar biasa ini, Anda tidak hanya harus berjalan tanpa kata-kata, bukan secara abstrak, tetapi juga secara aktual. Dan Anda tidak mungkin berjalan secara aktual, kalau Anda tidak sampai, selangkah demi selangkah, ke tempat kita berada sekarang. Mungkin beberapa di antara Anda telah menempuhnya, dan Anda sekarang mulai memahami hakekat dan makna dari meditasi, dan dengan demikian mampu untuk secara aktual berada di dalam keheningan itu, yang bukan imajinasi, bukan didorong, bukan direncanakan—itu ada di situ.

Di dalam keheningan itu, tidak ada si penonton, tidak ada entitas yang berkata, "Saya sekarang hening." Yang ada hanyalah keheningan, suatu ruang mahaluas yang di dalamnya ada kekosongan. Oleh karena, kalau batin ini tidak kosong, ia tidak mungkin melihat yang baru. Bila batin kosong—bukan dibuat kosong—bila ada rasa kehampaan [*void*] sepenuhnya, yang hidup, bergetar, kuat, penuh tenaga, bukan tidur, bukan keadaan melompong [*blankness*], maka Anda akan melihat ada gerakan dari penciptaan yang lain sekali.

Anda mungkin bertanya, "Ketika Anda bicara tentang keheningan itu, bukankah Anda mengamati keheningan itu?" Yang kita katakan adalah sekadar kata-kata, tetapi bukan

halnya. Kata ‘pohon’ bukanlah pohon. Si pembicara hanyalah mendeskripsikan; kata, deskripsi, bukanlah efek-nya. Oleh karena itu, Anda boleh lupakan kata-kata itu, lupakan deskripsi itu, dan beradalah di situ secara aktual.

Jika Anda berada di situ, jika batin eling sepenuhnya dengan kualitas kejernihan yang murni, maka dari situ terdapatlah penciptaan—penciptaan bukan dalam makna duniawi dari kata itu: menggambar lukisan, menulis puisi, membuat anak. Oleh karena dunia berada dalam keadaan penciptaan, alam semesta ini, itu meledak. Dan hanya di dalam keheningan luar biasa itu, yang tidak punya perbatasan, yang tidak punya kedalaman, tiada ketinggian, tiada ukuran—dari keheningan yang mahaluas ini, kita tahu sumber, asal mula dari segala sesuatu. [23]

*****

Sangat penting bagi batin untuk kosong tanpa terpaksa

Batin selalu sibuk dengan sesuatu, betapa pun bodoh atau tampak penting. Ia seperti monyet, selalu gelisah, selalu berceloteh, bergerak dari satu hal kepada hal lain, dan sia-sia mencoba untuk hening. Untuk menjadi kosong, sama sekali kosong, bukanlah hal yang menakutkan; sangat penting bagi batin untuk tidak sibuk, untuk kosong, tanpa terpaksa, oleh karena hanya dengan demikian ia bisa bergerak menuju kedalaman yang tak dikenal. Setiap kesibukan sesungguhnya sangat dangkal, dengan wanita itu atau dengan apa yang disebut orang suci. Sebuah batin yang sibuk tidak pernah bisa menembus ke dalam kedalamannya sendiri, ke dalam ruang-ruang yang tak pernah diinjaknya. Kekosongan inilah yang memberikan ruang kepada batin, dan ke dalam ruang

ini waktu tidak bisa masuk. Dari kekosongan ini terdapat penciptaan, yang cintanya adalah kematian. [24]

*****

Anda tidak bisa sampai ke situ dengan latihan

Suatu batin yang menggapai-gapai mencari lebih banyak pengalaman, lebih banyak gairah, lebih banyak sensasi—batin seperti itu tidak hening; dan dengan demikian, ia hanya mengalami di dalam batas-batas keterkondisiannya sendiri dan di dalam pengetahuannya sendiri. ...

Keheningan bukan hanya dari pikiran, tetapi juga dari otak. Saya tidak akan mendalami semua itu; tidak ada waktu untuk mendalami semua itu. Otak, yang adalah saraf, sel-sel, segala sesuatu, menjadi hening, tetapi amat sadar, penuh perhatian—memang harus begitu. Maka, oleh karena keheningan ini, terdapat ruang; dan oleh karena ada ruang, terdapat cinta.

Anda tidak bisa sampai ke situ dengan latihan, dengan berkata, "Pertama-tama saya akan mencoba sadar, lalu sadar tanpa memilih, lalu penuh perhatian, lalu hening." Batin begitu remeh! Anda menginginkan semuanya sebagai rencana cetakbiru, dan yang perlu Anda lakukan cuma mengikutinya. Itu tidak berlangsung seperti itu. Entah Anda melihat seluruh hal itu, seluruh keindahan dari matahari terbenam, dari pohon, dan seluruh keindahan dari meditasi ini, sepenuhnya dan seketika, dan dengan demikian mengalir bersamanya, entah Anda tidak melihatnya sama sekali.

Maka Anda akan melihat bahwa cinta mengubah dengan seketika setiap tindakan dari kehidupan. Itulah satu-satunya katalisator, satu-satunya hal—tidak ada yang lain—yang

akan menghasilkan perubahan [*mutation*] total dari batin. Dan kita membutuhkan perubahan seperti itu. Oleh karena manusia telah hidup begitu lama dalam kesengsaraannya, dengan siksaan eksistensi setiap hari, ketidakpastian, kebingungan, konflik, dan apa yang dianggap sifat hidup yang tanpa-makna. Tetapi ada makna luar biasa terhadap kehidupan. Kehidupan—pergi ke kantor, berbicara dengan istri Anda, melakukan segala sesuatu yang Anda lakukan—mempunyai makna hebat apabila Anda tahu bagaimana memandangnya, bagaimana sampai ke sana. Dan untuk sampai ke sana, untuk mengetahuinya, untuk melihat keindahannya—itu hanya bisa terjadi hanya apabila ada keheningan, bila terdapat ruang dan cinta. Dan itulah kebenaran; dan itulah satu-satunya hal yang penting dalam hidup. Maka seluruh surga dan seluruh neraka terbuka. Maka Anda tidak perlu lagi mencari Tuhan. Maka Anda tidak perlu lagi pergi ke kuil atau ke gereja mana pun; Anda tidak perlu lagi menjadi budak pendeta atau kitab atau otoritas mana pun juga. Maka di situ hanya terdapat cahaya, dan cahaya itu adalah cinta dan keheningan. [25]

*****

Langkah pertama adalah langkah terakhir

Langkah pertama adalah langkah terakhir. Langkah pertama adalah langkah persepsi jernih, dan tindakan persepsi jernih adalah tindakan terakhir. Ketika Anda melihat suatu bahaya, seekor ular, persepsi itu sendiri adalah tindakan lengkap. Pahamkah Anda?

Nah, kita berkata, langkah pertama adalah langkah terakhir. Langkah pertama adalah untuk melihat [*perceive*], melihat apa yang Anda pikirkan, melihat ambisi Anda,

melihat kecemasan Anda, kesepian Anda, keputusasaan Anda, rasa kesedihan yang luar biasa ini, melihatnya, tanpa menyalahkan, membenarkan, tanpa menginginkan supaya menjadi lain—hanya melihatnya saja, seperti apa adanya.

Bila Anda melihat itu seperti apa adanya, maka ada tindakan yang berbeda sama sekali berlangsung, dan tindakan itu adalah tindakan terakhir—bukan? Artinya, bila Anda melihat sesuatu sebagai salah atau benar, persepsi itu sendiri adalah tindakan terakhir, yang adalah langkah terakhir—bukan?

Nah, simaklah ini. Saya melihat kesalahan mengikuti orang lain, ajaran orang lain—Krishna, Buddha, Kristus, tidak peduli siapa dia. Saya melihat ada persepsi atau kebenaran bahwa mengikuti orang lain adalah sama sekali salah—bukan? Oleh karena akal budi Anda, logika Anda, dan segala sesuatu menunjukkan betapa absurdnya mengikuti orang lain. Nah, persepsi itu adalah langkah terakhir, dan bila Anda sudah melihat, Anda meninggalkannya, melupakannya, oleh karena pada menit berikutnya Anda harus melihat lagi yang baru, yang lagi-lagi langkah terakhir.

Jika Anda tidak melepaskan apa yang telah Anda pelajari, apa yang Anda lihat, maka ada kelanjutan dari gerak pikiran, dan gerak dan kelanjutan dari pikiran adalah waktu. Dan bila batin terperangkap dalam gerak waktu, itu adalah keterbelengguan.

Jadi, itulah salah satu masalah utama, yakni apakah batin bisa bebas dari masa lampau, penyesalan lampau, kenikmat-an lampau, ingatan, kenangan, kejadian dan pengalaman, segala sesuatu yang telah kita bangun, masa lampau, yang adalah juga si ‘aku’. Si ‘aku’ adalah masa lampau. Nah, pikiran memberikan kelanjutan pada sesuatu yang telah

terlihat dengan jelas, dan karena tidak bisa mengesamping-kannya, memberinya kelanjutan yang menjadi alat untuk melestarikan pikiran.

Anda mengalami kejadian yang menyenangkan kemarin. Anda tidak melupakannya, Anda tidak melepaskannya, Anda membawa-bawanya bersama Anda, Anda memikirkannya. Berpikir tentang sesuatu yang dari masa lampau itu sendiri memberikan kelanjutan kepada masa lampau. Dengan demikian, masa lampau tidak pernah berakhir. Anda paham semua ini?

Tetapi, jika Anda melihat bahwa Anda mengalami kejadian yang amat luar biasa, menyenangkan kemarin, melihatnya, mencerapnya [*perceive*], dan mengakhirinya sepenuhnya, tidak membawa-bawanya, maka tidak ada kelanjutan sebagai masa lampau yang telah dibangun oleh pikiran. Dengan demikian, setiap langkah adalah langkah terakhir. Pahamkah Anda?

Jadi, kita harus menyelami masalah apakah pikiran, yang memberi kelanjutan kepada ingatan sebagai ingatan—dan ingatan adalah masa lampau—apakah pikiran bisa berhenti. Oleh karena itu adalah bagian dari meditasi. Itu adalah bagian dari perubahan [*mutation*] total pada sel-sel otak itu sendiri, oleh karena jika ada kelanjutan dari gerak pikiran, itu adalah pengulangan dari yang usang, oleh karena pikiran adalah ingatan, pikiran adalah respons ingatan, pikiran adalah pengalaman, pikiran adalah pengetahuan.

Jadi, masalah kita adalah: pikiran selalu melestarikan dirinya melalui pengalaman, melalui pengulangan terus-menerus dari ingatan-ingatan tertentu. Pengetahuan selalu berada di masa lampau, dan bila Anda bertindak menurut pengetahuan, Anda memberikan kelanjutan kepada pikiran;

tetapi Anda harus punya pengetahuan untuk bertindak secara teknologis. Tampakkah kesulitannya?

Jika Anda tidak menggunakan pikiran, Anda tidak bisa pulang ke rumah, Anda tidak bisa bekerja di kantor. Anda mesti punya pengetahuan, tetapi juga lihat pentingnya, bahayanya suatu batin yang terperangkap di dalam gerak pikiran terus-menerus, dan dengan demikian tidak pernah melihat sesuatu secara baru. Pikiran selalu usang, pikiran selalu terkondisi, tidak pernah bebas, oleh karena ia bertindak menurut masa lampau.

Jadi, masalahnya ialah: bagaimanakah gerak pikiran ini—yang pada satu tingkat mutlak diperlukan untuk berfungsi secara logis, waras, sehat—bagaimanakah gerak pikiran ini bisa berakhir bagi manusia untuk melihat sesuatu yang sama sekali baru, untuk hidup secara lain sama sekali?

Pendekatan yang tradisional terhadap masalah ini ialah mengendalikannya, menahannya, atau belajar berkonsentrasi—bukan? Ini lagi-lagi adalah absurd, karena siapakah si pengendali? Bukankah si pengendali bagian dari pikiran, bagian dari pengetahuan yang berkata, Anda harus mengendalikan? Artinya, Anda telah diajar untuk mengendalikan.

Ada cara mengamati pikiran tanpa suatu pengendalian, tanpa memberinya kelanjutan, melainkan mengamatinya sampai ia berakhir. Pahamkah Anda pertanyaan saya? Oleh karena, jika pikiran berlanjut, batin tidak pernah hening, dan hanya ketika batin hening sepenuhnya ada kemungkinan bagi persepsi.

Lihatlah kelogisan hal ini. Artinya, jika batin saya terus berceloteh, membandingkan, menilai, mengatakan ini benar, itu salah, saya tidak menyimak Anda. Untuk menyimak Anda, untuk memahami apa yang Anda katakan, saya harus

memberikan perhatian, dan untuk bisa memberikan perhatian penuh, perhatian itu sendiri adalah keheningan—bukan?

Kita melihat begitu jelas bahwa keheningan sama sekali perlu, bukan hanya pada tingkat permukaan, tetapi juga pada tingkat paling dalam; di pusat diri kita harus ada keheningan sempurna. Bagaimana ini bisa terjadi?

Itu tidak mungkin terjadi jika ada sebentuk pengendalian, oleh karena dengan demikian ada konflik, oleh karena lalu ada orang yang berkata, “Saya harus mengendalikan,” dan ada yang harus dikendalikan. Di situ ada pemisahan, dan di dalam pemisahan itu ada konflik. Dengan demikian, mungkinkah bagi batin untuk kosong dan hening sepenuhnya, bukan berkelanjutan, melainkan dari detik ke detik?

Itulah persepsi pertama, bahwa batin harus hening sepenuhnya. Persepsi itu, kebenaran itu dan melihat kebenaran itu, adalah langkah pertama dan terakhir. Lalu persepsi itu harus diakhiri; kalau tidak, Anda akan membawa-bawanya. Dengan demikian, batin harus mengamati, harus eling tanpa memilih akan setiap persepsi, dan harus ada pengakhiran dari persepsi itu dengan seketika, melihat dan mengakhiri. Pahamkah Anda ini?

Jadi batin tidak hidup bersama pikiran, yang adalah respons dari masa lampau, dan memberikan kelanjutan kepada pikiran itu ke masa depan, yang mungkin menit berikutnya, detik berikutnya.

Dan pikiran adalah respons ingatan, yang adalah struktur sel-sel otak itu sendiri. Jika Anda pernah mengamati batin Anda sendiri, Anda akan melihat bahwa di dalam sel-sel otak itu sendiri terdapat bahan ingatan, dan ingatan itu merespons, yang adalah pikiran.

Untuk menghasilkan perubahan [*mutation*] total pada kualitas sel itu sendiri, harus ada pengakhiran dari setiap persepsi, pemahaman, melihat; bertindak dan meninggalkan itu, sehingga batin selalu melihat dan mati, melihat kepalsuan dari kebenaran itu dan mengakhirinya dan bergerak terus tanpa membawa-bawa ingatan—bukan?

Semua ini menuntut persepsi yang sangat kuat, vitalitas, energi yang sangat besar. Untuk menyelami ini selangkah demi selangkah seperti tengah kita lakukan, tanpa terlewat satu hal pun, membutuhkan energi sangat besar.

...

Bagaimana batin—tanpa mengikuti suatu sistem, tanpa mengikuti suatu paksaan, tanpa pembandingan apa pun—bagaimana batin yang telah terkondisi begitu lama, bisa kosong sepenuhnya dari masa lampau? Anda paham pertanyaan saya? Kosong sepenuhnya, sehingga ia melihat dengan jelas, dan apa yang jelas terlihat mengakhirinya, sehingga ia selalu memperbarui dirinya dalam kekosongan, artinya, memperbarui dirinya dalam kepolosan [*innocence*].

Nah, kata ‘kepolosan’ berarti batin yang polos, batin yang tak pernah bisa terluka. Kata ‘kepolosan’ berasal dari sebuah kata Latin yang berarti tak dapat terluka. Dan kebanyakan dari kita terluka, terluka dengan segala ingatan yang kita timbun di sekitar luka-luka itu, penyesalan-penyesalan kita, kerinduan kita, kesepian kita. Ketakutan kita adalah bagian dari rasa terluka ini.

Dari sejak kanak-kanak kita terluka secara sadar atau tak sadar. Bagaimana mengosongkan semua luka itu, tanpa mengambil waktu—Anda paham?—tanpa berkata, “Saya akan berangsur-angsur melenyapkan luka itu”? Bila Anda lakukan itu, Anda tak akan pernah mengakhirinya, Anda

akan mati pada akhirnya. Jadi, masalahnya ialah: bisakah batin mengosongkan dirinya sama sekali, bukan saja di tingkat permukaan, tetapi juga di kedalaman dirinya, pada akarnya. Oleh karena kalau tidak, kita hidup di dalam penjara, kita hidup di dalam penjara sebab dan akibat di dunia perubahan ini.

Jadi Anda harus mengajukan pertanyaan ini, mengajukannya kepada diri Anda sendiri: apakah batin Anda bisa kosong dari segenap masa lampaunya, namun tetap mempertahankan pengetahuan teknologis, pengetahuan insinyur Anda, pengetahuan bahasa Anda, ingatan dari semua itu, namun berfungsi dari sebuah batin yang kosong sepenuhnya?

Pengosongan batin itu terjadi secara alamiah, secara manis tanpa disuruh, bila Anda memahami diri Anda, bila Anda memahami apa diri Anda itu. Diri Anda adalah ingatan, kumpulan memori, pengalaman, pikiran. Bila Anda memahami itu, memandangnya, mengamatinya, dan bila Anda mengamatinya, melihat di dalam pengamatan itu tidak ada dualitas antara si pengamat dan yang diamati. Maka bila Anda melihat itu, Anda akan melihat bahwa batin Anda bisa kosong sepenuhnya, penuh perhatian. Dan di dalam perhatian itu, Anda bisa bertindak secara utuh, tanpa keterpecahan [*fragmentation*] sedikit pun. Semua itu adalah bagian dari meditasi.

Dan bila Anda memahami sepenuhnya seluruh keter-pecahan dari diri Anda—bukan keterpaduan [*integration*]—pahamilah bagaimana keterpecahan dan kontradiksinya muncul, bukan bagaimana mempersatukannya kembali. Anda tak bisa melakukan itu. Mempersatukan menyiratkan

ada dualitas—orang yang mengerjakan itu, yang memadukan, dan sebagainya.

Maka bila Anda sungguh-sungguh, secara mendalam, secara kuat memahami diri Anda, belajar tentang diri Anda, maka Anda bisa memahami makna dari waktu, waktu yang mengikat, menahan, yang menghasilkan kesedihan.

Jika Anda telah melangkah sejauh itu—dan itu bukan berarti Anda pergi jauh dalam jarak—jauh secara kata-kata—bukan jauh yang terukur—jika Anda telah melangkah sejauh itu—bukan dalam ketinggian maupun kedalaman—jika Anda telah sampai pada ketinggian pemahaman, dengan kepenuhan itu, maka Anda akan mendapati sendiri suatu dimensi yang tak dapat diuraikan, yang tidak punya kata-kata, yang bukan sesuatu yang bisa dibeli dengan pengorbanan, yang tidak tercantum dalam kitab-kitab, yang tidak bisa dialami oleh Guru mana pun. Ia ingin mengajar Anda tentang Itu, bagaimana mencapainya. Dengan demikian, kalau ia berkata, “Saya telah mengalami Itu, dan saya tahu apa Itu,” ia belum mengalaminya, ia tidak tahu apa Itu. Orang yang berkata ia tahu, tidak tahu. Jadi batin harus bebas, dari kata itu, gambaran [*image*] itu, masa lampau, dan itu adalah langkah pertama dan langkah terakhir. [26]

*****

Berkelanalah di tepi pantai

Yang penting dalam meditasi ialah kualitas pikiran dan hati. Meditasi bukanlah apa yang Anda capai, atau apa yang Anda katakan akan Anda capai; alih-alih adalah kualitas batin yang polos dan rentan. Melalui penegasian terdapat keadaan positif. Sekadar mengumpulkan, atau hidup di dalam pengalaman, mengingkari kemurnian meditasi.

Meditasi bukanlah cara untuk mencapai suatu tujuan. Ia adalah cara dan sekaligus tujuannya. Batin tidak mungkin bisa dibuat polos melalui pengalaman. Penegasian pengalamanlah yang menghasilkan keadaan positif dari kepolosan, yang tidak bisa dipupuk oleh pikiran. Pikiran tidak pernah polos. Meditasi adalah pengakhiran pikiran, bukan oleh si pemeditasi, oleh karena si pemeditasi adalah meditasi itu sendiri. Jika tidak ada meditasi, maka Anda seperti orang buta di dunia yang penuh keindahan, cahaya dan warna-warni.

Berkelanalah di tepi pantai dan biarkan kualitas meditasi itu datang kepada Anda. Jika ia datang, jangan kejar dia. Yang Anda kejar hanyalah ingatan akan apa yang dulu—dan apa yang dulu ada adalah kematian dari apa adanya sekarang.

Atau ketika Anda berkelana di antara bukit-bukit, biarlah segala sesuatu menceritakan kepada Anda keindahan dan kepedihan hidup, sehingga Anda menjadi eling akan kesedihan Anda sendiri dan akan pengakhirannya. Meditasi adalah akarnya, tanamannya, bunganya, dan buahnya. Di dalam keterpisahan ini, tindakan tidak menghasilkan kebaikan; kebajikan adalah persepsi menyeluruh. [27]

*****

Marah itu mekar, berkembang, dan mati secara alamiah

Meditasi adalah salah satu hal yang paling penting dalam kehidupan—bukan bagaimana bermeditasi, bukan ber-meditasi menurut suatu sistem, bukan praktek meditasi, melainkan, alih-alih, apa meditasi itu. Jika kita bisa menemukan, dengan sangat dalam, maknanya, perlunya, dan pentingnya meditasi bagi kita sendiri, maka kita

mengesampingkan semua sistem, metode, Guru, beserta semua yang aneh-aneh yang terdapat dalam jenis-jenis meditasi dari Timur.

Sangat penting bagi kita untuk menemukan sendiri apa diri kita sesungguhnya, bukan menurut teori-teori, pernyataan-pernyataan, dan pengalaman-pengalaman dari para psikolog, filsuf, dan Guru; alih-alih, dengan menyelidiki seluruh hakekat dan gerak dari diri sendiri—dengan melihat apa adanya diri kita secara aktual.

Kita tampak tidak mampu memahami betapa luar biasa penting untuk melihat apa adanya diri kita, secara aktual, seolah-olah kita memandang diri kita di dalam cermin, secara psikologis—dan dengan demikian menghasilkan transformasi di dalam struktur diri kita sendiri. Bila kita secara mendasar, mendalam, menghasilkan transformasi atau mutasi seperti itu, maka mutasi itu mempengaruhi seluruh kesadaran manusia. Ini adalah fakta mutlak, realitas. Menghasilkan transformasi yang mendasar adalah sangat penting, jika kita benar-benar serius, jika kita prihatin dengan dunia seperti apa adanya sekarang, dengan seluruh kesengsaraan, kebingungan, dan ketidakpastian yang mengerikan, dengan pemisahan dari agama-agama dan bangsa-bangsa, dengan perang mereka, dengan penimbunan persenjataan mereka, membelanjakan banyak sekali uang untuk persiapan perang, membunuh orang atas nama kebangsaan, dan sebagainya, dan sebagainya.

Untuk melihat apa adanya diri kita secara aktual, sangat penting adanya kebebasan, kebebasan dari seluruh isi kesadaran kita—isi kesadaran adalah segala sesuatu yang disusun oleh pikiran. Kebebasan dari isi kesadaran kita, dari marah dan kebrutalan kita, dari keangkuhan dan

kesombongan kita, dari segala sesuatu yang di situ kita terperangkap, itulah meditasi. Melihat apa adanya diri kita itu sendiri adalah awal dari transformasi. Meditasi menyiratkan pengakhiran dari segala pergulatan, dari segala konflik, secara batiniah dan dengan demikian secara lahiriah juga. Sesungguhnya tidak ada yang di dalam atau yang di luar; itu seperti laut—ada pasang dan surut.

Dalam mengungkap apa adanya diri kita secara aktual, kita bertanya: apakah si pengamat, diri sendiri, berbeda dari yang kita amati—artinya secara psikologis? Saya marah, saya serakah, saya penuh kekerasan; apakah ‘saya’ itu berbeda dari apa yang teramati, yang adalah marah, serakah, keras? Jelas tidak. Ketika saya marah, tidak ada ‘aku’ yang marah; yang ada hanyalah marah. Jadi marah itu adalah saya; si pengamat adalah yang diamati. Pemisahan itu terhapus sama sekali. Si pengamat adalah yang diamati, dan dengan demikian berakhirlah konflik.

Bagian dari meditasi adalah melenyapkan secara total semua konflik, secara batiniah dan dengan demikian secara lahiriah. Untuk melenyapkan konflik, orang harus menyadari prinsip dasar ini: si pengamat tidak berbeda dari yang diamati, secara psikologis. Bila terdapat marah, tidak ada ‘aku’, tetapi sedetik kemudian pikiran menciptakan ‘aku’ dan berkata, “Saya sudah marah”, dan membawa ide bahwa saya tidak boleh marah. Jadi ada marah, lalu muncul si aku yang berpendapat tidak boleh marah; pemisahan itu menghasilkan konflik. Bila tidak ada pemisahan antara si pengamat dan yang diamati, dan dengan demikian hanya ada apa adanya, yang adalah marah, lalu apa yang terjadi? Bila terjadi marah, dan tidak ada si pengamat, tidak ada pemisahan, marah itu mekar, lalu berakhir—seperti sekuntum bunga, marah itu mekar, layu dan mati. Tetapi selama orang berkelahi

melawannya, selama orang menentangnya, atau merasionalisasikannya, orang memberikan kehidupan kepadanya. Bila si pengamat adalah yang diamati, maka marah itu mekar, berkembang, dan mati secara alamiah—dengan demikian tidak ada konflik psikologis di situ. [28]

*****

Cinta adalah meditasi

Cinta adalah meditasi. Cinta bukanlah kenangan, gambaran, yang dipelihara oleh pikiran sebagai kesenangan, bukan pula gambaran romantis yang dibangun oleh sensualitas. Cinta adalah sesuatu yang terletak di atas semua indra, dan di atas tekanan ekonomis dan sosial dari kehidupan. Realisasi yang seketika dari cinta ini, yang tidak punya akar pada hari kemarin, adalah meditasi, karena cinta adalah kebenaran, dan meditasi adalah penemuan akan keindahan dari kebenaran ini. Pikiran tidak bisa menemukan ini; tidak bisa dikatakan, "Saya telah menemukannya", atau, "Saya telah menangkap cinta yang dari surga." [29]

*****

Betapa sedikit kita berubah

Betapa sedikit kita berubah. Melalui sejenis paksaan, tekanan—lahiriah atau batiniah—kita berubah, yang sesungguhnya hanyalah penyesuaian. Pengaruh tertentu, suatu kata, suatu isyarat tubuh, membuat kita mengubah pola kebiasaan, tetapi tidak terlalu banyak. Propaganda, sebuah koran, suatu peristiwa juga mengubah jalan hidup sampai taraf tertentu. Ketakutan dan ganjaran meruntuhkan kebiasaan pikiran, hanya untuk masuk kembali ke sebuah

pola lain. Suatu temuan baru, ambisi baru, kepercayaan baru memang menghasilkan perubahan-perubahan tertentu. Tetapi semua perubahan itu hanya di permukaan, seperti angin kencang di permukaan air; itu tidak mendasar, dalam, menghancurkan. Semua perubahan yang datang dari motif bukanlah perubahan sama sekali. Revolusi ekonomis, sosial, adalah suatu reaksi, dan setiap perubahan yang dihasilkan oleh reaksi bukanlah perubahan radikal; itu hanya perubahan dalam pola. Perubahan seperti itu hanyalah penyesuaian, suatu kegiatan mekanikal dari keinginan bagi kenyamanan, rasa aman, sekadar kelestarian fisikal.

Jadi apakah yang menghasilkan mutasi mendasar? ... Analisis terhadap apa yang tersembunyi menyiratkan adanya si pengamat dan yang diamati, si penyensor dan apa yang dinilai. Di sini bukan saja ada konflik, tetapi si pengamat itu sendiri terkondisi, dan evaluasinya, tafsirannya, tidak pernah benar; itu akan terpiuh, tidak sehat. Jadi analisis-diri atau analisis oleh orang lain—betapa pun profesionalnya—mungkin menghasilkan perubahan di permukaan, penyesuai-an dalam berelasi, dan sebagainya, tetapi analisis tidak akan menghasilkan transformasi radikal dari kesadaran. Analisis tidak mentransformasikan kesadaran. [30]

*****

Kita harus menjadi orang luar sepenuhnya

Meditasi bukanlah pelarian dari dunia; itu bukan kegiatan yang menutup dan mengasingkan diri, melainkan alih-alih pemahaman akan dunia beserta liku-likunya. Dunia ini tidak menawarkan banyak, kecuali makanan, pakaian, dan tempat berteduh, dan kesenangan beserta kesedihannya yang besar.

Meditasi adalah pergi menjauhi dunia ini; orang harus menjadi orang luar sepenuhnya. Maka dunia ini mempunyai makna, dan keindahan langit dan bumi adalah menetap. Maka cinta bukanlah kenikmatan. Dari sini semua tindakan bermula, yang bukan hasil dari ketegangan, kontradiksi, pencarian pemenuhan-diri, atau kesombongan kekuasaan. [31]

*****

Pengingkaran adalah esensi kebebasan

Meditasi adalah pengosongan batin sepenuhnya dan total, bukan untuk dapat menerima, memperoleh keuntungan, sampai [ke tujuan], melainkan suatu penelanjangan tanpa motif. Itu sesungguhnya adalah pengosongan batin dari apa yang diketahui—disadari atau tidak—dari setiap pengalaman, pikiran, dan perasaan. Pengingkaran [*negation*] adalah esensi kebebasan; pernyataan sikap-pendapat [*assertion*] dan pengejaran positif adalah keterbelengguan. [32]

*****

Menurut Anda, apakah meditasi yang sejati?

Penanya: *Menurut Anda, apakah meditasi yang sejati?*

Krishnamurti: Nah, apakah tujuan meditasi? Dan apakah yang kita maksud dengan meditasi? Saya tidak tahu apakah Anda pernah bermeditasi; jadi marilah kita mencoba bersama-sama untuk menemukan apakah meditasi sejati itu. Jangan hanya mendengarkan uraian saya tentang itu; bersama-sama kita akan menemukan dan mengalami apa itu meditasi sejati.

Oleh karena meditasi itu penting—bukan? Jika Anda tidak tahu apa meditasi yang benar itu, tidak ada pengenalan-

diri; dan tanpa mengenal diri Anda, meditasi tidak ada artinya. Duduk di satu sudut atau berjalan-jalan di taman atau di jalan, dan mencoba bermeditasi, tidak ada artinya. Itu hanya membawa pada konsentrasi aneh yang adalah penyisihan [*exclusion*]. Saya yakin beberapa di antara Anda telah mencoba semua metode seperti itu. Artinya, Anda mencoba berkonsentrasi pada suatu obyek tertentu, mencoba memaksa batin, ketika batin mengembara ke mana-mana, menjadi terkonsentrasi; dan bila itu gagal, Anda berdoa.

Jika orang sungguh-sungguh ingin memahami apa meditasi benar itu, orang harus menemukan apakah hal-hal salah yang kita namakan meditasi. Jelas, konsentrasi bukanlah meditasi, oleh karena—jika Anda amati—di dalam proses konsentrasi terdapat penyisihan, dan oleh karena itu terdapat gangguan perhatian [*distraction*]. Anda mencoba berkonsentrasi pada sesuatu, dan batin Anda mengembara menuju sesuatu yang lain; lalu ada pertempuran terus-menerus untuk memusat pada satu titik sementara batin menolak dan mengembara. Maka kita menghabiskan bertahun-tahun mencoba berkonsentrasi, belajar konsentrasi, yang secara keliru dinamakan meditasi.

Lalu ada masalah doa. Jelas doa membuahkan hasil; kalau tidak, jutaan orang tidak akan berdoa. Dalam berdoa, batin dibuat hening; dengan pengulangan terus-menerus rangkaian kata-kata tertentu batin memang menjadi hening. Di dalam keheningan itu, terdapat petunjuk-petunjuk tertentu, persepsi-persepsi tertentu, respons-respons tertentu. Tetapi itu masih bagian dari kiat batin; oleh karena, bagaimana pun juga, melalui sejenis hipnotisme Anda bisa membuat batin menjadi sangat hening. Dan di dalam keheningan itu terdapat respons-repons tertentu yang tersembunyi yang muncul dari bawah sadar dan dari

kesadaran luar. Tetapi itu masih keadaan yang di situ tidak ada pemahaman.

Dan meditasi bukanlah pengabdian—pengabdian kepada suatu ide, kepada suatu gambar, kepada suatu prinsip—oleh karena hal-hal yang berasal dari pikiran masih merupakan berhala. Orang mungkin tidak memuja sebuah arca—karena menganggap itu berhala, bodoh, takhyul—tetap orang tetap memuja—seperti dilakukan kebanyakan orang—hal-hal dari pikiran. Itu juga berhala. Mengabdi kepada sebuah gambar, atau sebuah ide, atau seorang Master, bukanlah meditasi. Jelas, itu suatu bentuk pelarian dari diri sendiri. Itu pelarian yang amat nyaman, tetapi itu tetap pelarian.

Perjuangan terus-menerus untuk menjadi bajik [*virtuous*], untuk memperoleh kebajikan melalui disiplin, melalui pemeriksaan cermat ke dalam diri sendiri, dan sebagainya, juga jelas bukan meditasi. Kebanyakan dari kita terperangkap di dalam proses-proses ini, tetapi oleh karena hal-hal itu tidak memberikan pemahaman akan diri kita, itu bukan jalan meditasi benar. Bagaimana pun juga, tanpa memahami diri Anda, apakah landasan yang Anda punyai untuk berpikir benar? Yang Anda lakukan tanpa memahami diri Anda adalah menyesuaikan diri kepada latar belakang, kepada respons dari keterkondisian Anda sendiri. Dan respons terhadap keterkondisian itu bukanlah meditasi. Tetapi eling terhadap respons-respons itu, artinya, eling terhadap gerak pikiran dan perasaan tanpa rasa menyalahkan sedikit pun, sehingga gerak diri, sepak terjang diri, dipahami sepenuhnya, jalan itulah jalan meditasi benar.

Meditasi bukanlah penarikan diri dari kehidupan. Meditasi adalah proses mengenal diri sendiri. Dan ketika orang mulai mengenal diri sendiri—bukan hanya yang sadar

tetapi juga semua bagian-bagian diri yang tersembunyi—maka terdapatlah ketenangan. Batin yang dibuat hening, melalui meditasi, melalui paksaan, melalui penyesuaian diri, tidaklah hening. Itu batin yang mandek. Itu bukan batin yang waspada, pasif, mampu bersikap reseptif-kreatif. Meditasi menuntut kewaspadaan terus-menerus, keelingan akan setiap kata, setiap pikiran dan perasaan, yang mengungkapkan keadaan keberadaan kita—yang tersembunyi maupun yang di permukaan; dan karena ini penuh kesulitan, maka kita melarikan diri ke dalam segala macam hal yang nyaman dan mengelabui, dan menamakannya meditasi.

Jika orang bisa melihat bahwa pengenalan-diri adalah awal dari meditasi, maka masalahnya menjadi luar biasa menarik dan penting. Oleh karena jika tidak ada pengenalan-diri, Anda mungkin berlatih apa yang Anda namakan meditasi, namun masih tetap melekat kepada prinsip-prinsip Anda, kepada keluarga Anda, kepada harta benda Anda; atau—dengan melepaskan harta benda—Anda mungkin melekat pada satu ide, dan menjadi begitu terkonsentrasi padanya sehingga Anda menciptakan lebih banyak lagi dari ide itu. Jelas itu bukan meditasi.

Jadi pengenalan-diri adalah awal meditasi; tanpa pengenalan-diri tidak ada meditasi. Dan sementara orang menyelami lebih dalam masalah pengenalan-diri, bukan saja bagian batin yang di atas menjadi tenang, hening, tetapi juga lapisan-lapisan berbeda dari batin yang tersembunyi terungkap. Bila batin yang dipermukaan hening, maka lapisan-lapisan batin yang tak-sadar, tersembunyi, memproyeksikan diri; mereka mengungkapkan isinya, mereka memberikan petunjuk-pentunjuknya, sehingga seluruh proses keberadaan kita dipahami sepenuhnya.

Maka batin menjadi sangat diam—ia diam, tapi bukan dibuat diam, ia tidak dipaksa menjadi diam melalui ganjaran atau ketakutan. Maka terdapat keheningan yang di situ realitas muncul. Tapi keheningan itu bukan keheningan Kristiani, atau keheningan Hindu, atau keheningan Buddhis. Keheningan itu adalah keheningan, tak bernama. Jika Anda mengikuti jalan keheningan Kristiani, atau Hindu, atau Buddhis, Anda tidak pernah bisa hening. Orang yang ingin menemukan realitas harus melepaskan keterkondisiannya sepenuhnya—entah Kristen, Hindu, Buddhis, atau kelompok apa pun. Sekadar memperkuat latar belakang melalui meditasi, melalui penyesuaian diri, menghasilkan kemandek-an batin, ketumpulan batin; dan saya tidak yakin itu bukan yang diinginkan oleh kebanyakan dari kita, oleh karena jauh lebih mudah menciptakan suatu pola dan mengikutinya. Tetapi untuk bebas dari latar belakang dituntut kewaspadaan terus-menerus dalam relasi.

Bila keheningan itu ada, maka terdapat keadaan kreatif yang luar biasa—bukan berarti Anda harus menulis puisi, menggambar lukisan; Anda mungkin membuatnya atau tidak. Tetapi keheningan itu bukan untuk dikejar, dikopi, atau ditiru—maka itu bukan lagi keheningan. Anda tidak bisa sampai ke situ melalui jalan apa pun. Itu muncul hanya apabila gerak-gerik diri dipahami, dan diri beserta seluruh kegiatannya dan keburukannya berakhir. Artinya, bila diri berhenti mencipta, maka terdapat penciptaan.

Dengan demikian, batin harus menjadi sederhana, harus menjadi hening; ia harus hening—kata ‘harus’ itu salah; mengatakan batin harus hening menyiratkan paksaan—dan batin hanya hening apabila seluruh proses diri berakhir. Bila seluruh gerak-gerik diri dipahami, dan dengan demikian kegiatan diri berakhir, hanya di situ terdapat keheningan.

Keheningan itu adalah meditasi sejati. Dan di dalam keheningan itu Yang Abadi muncul. [33]

*****

Batin yang segarlah yang berkata, "Saya tidak tahu"

Bagi batin yang berkata, "Saya tidak tahu,"—yang adalah kebenaran, yang jujur—lalu apa yang ada? Ketika Anda berkata, "Saya tidak tahu," isi tidak penting sama sekali, oleh karena batin lalu menjadi batin yang segar. Batin yang segarlah yang berkata, "Saya tidak tahu." Dengan demikian, bila Anda mengatakannya—bukan hanya secara verbal untuk hiburan, melainkan dengan kedalaman, dengan makna, dengan kejujuran—keadaan batin yang tidak tahu itu kosong dari kesadarannya, kosong dari isinya. Tahu itulah isinya. Melihatkah Anda? Bila batin tidak pernah bisa berkata ia tahu, ia selalu baru, hidup, bertindak; dengan demikian ia tidak punya tambatan. Hanya apabila ia tertambat, ia mengumpulkan opini, kesimpulan, dan keterpisahan [*separation*].

Itulah meditasi. Artinya, meditasi adalah melihat [*perceive*] kebenaran itu setiap detik—bukan kebenaran pada akhirnya—melihat kebenaran dan kepalsuan setiap detik. Melihat kebenaran bahwa isi adalah kesadaran—itulah kebenaran. Melihat kebenaran bahwa saya tidak tahu bagaimana menggarap hal ini—itulah kebenaran, tidak tahu. Oleh karena itu, tidak tahu adalah keadaan yang di situ tidak ada isi. ...

Bila Anda mengajukan semua pertanyaan dan penyelidikan ini, bila Anda belajar sementara berjalan, maka batin dan otak Anda menjadi luar biasa hening. Tidak perlu

disiplin, pembimbing, Guru, sistem apa pun untuk membuat Anda hening.

Terdapat berbagai jenis meditasi di dunia pada dewasa ini. Manusia terlalu serakah ... Suatu cara yang banyak digemari sekarang adalah yoga; itu telah dibawa ke Barat untuk membuat orang sehat, bahagia, muda, membantu mereka menemukan Tuhan ... Juga sekarang ada pencarian hal-hal okult, oleh karena begitu menggairahkan. Batin orang yang mencari kebenaran ... tidak akan menyentuhnya. Kita menginginkan sesuatu yang misterius, tetapi kita tidak melihat misteri mahabesar dalam kehidupan, di dalam cinta akan kehidupan. Kita tidak melihatnya ...

Bila Anda sudah mengesampingkan semua itu, terdapat pertanyaan sentral: Adakah sesuatu yang tak terperikan? Jika Anda memerikan, itu bukan yang terperikan. Adakah sesuatu yang bukan dari waktu, yang adalah ruang tanpa batas, yang memiliki ruang mahaluas? Bila ruang Anda terbatas, Anda menjadi ganas ... Anda menginginkan ruang, tetapi batin, pikiran tidak bisa memberikan ruang itu. Hanya apabila pikiran diam terdapat ruang yang tak punya batas. Dan hanya batin yang hening sepenuhnya yang tahu—artinya sadar, bukan tahu—sadar apakah ada atau tidak ada sesuatu yang berada di atas semua ukuran.

Dan itulah satu-satunya hal yang suci—bukan gambaran, ritual, juruselamat, Guru, penampakan. Hanya itulah yang suci, yang dicapai oleh batin tanpa diminta, oleh karena dalam dirinya ia sama sekali kosong. Hanya di dalam apa yang memiliki kekosongan, sesuatu yang baru bisa terjadi. [34]

4. DARI BUKU HARIAN KRISHNAMURTI: MEDITASI

Tidak ada si pemeditasi di dalam meditasi

Ketika Anda berkendara mobil, meditasi tampak berlangsung secara alamiah. Anda sadar terhadap pemandangan pedesaan, rumah-rumah, para petani di ladang, merek mobil yang melintas, dan langit biru dari celah-celah dedaunan. Anda malah tidak eling bahwa meditasi tengah berlangsung, meditasi ini yang mulai sejak dahulu kala dan akan berlangsung tanpa akhir. Waktu bukanlah faktor dalam meditasi, juga tidak kata-kata yang adalah si pemeditasi. Tidak ada si pemeditasi di dalam meditasi. Jika ada, itu bukan meditasi. Si pemeditasi adalah kata-kata, pikiran dan waktu, dengan demikian bersifat berubah, datang dan pergi. Itu bukan bunga yang mekar dan mati. Waktu adalah gerak.

Anda duduk di tepi sebuah sungai, mengamati air, arus, dan benda-benda yang terhanyut. Bila Anda berada di dalam air, tidak ada si pengamat. Keindahan bukanlah dalam sekadar ungkapan; ia ada dalam pelepasan dari kata dan ungkapan, kanvas dan buku. [35]

*****

Tubuh ini tak bergerak

Hari masih dini dan lembah itu masih tidur. Ketika bangun, meditasi adalah kelanjutan dari apa yang berlangsung sebelumnya; tubuh ini tak bergerak, ia tak dibuat diam, tetapi ia diam; tidak ada pikiran, tetapi otak waspada, tanpa rasa-indra [*sensation*] apa pun; tidak ada

perasaan maupun pikiran. Lalu mulailah suatu gerak yang tanpa-waktu [*timeless*]. ... Gerak ini adalah sesuatu yang bukan datang dari apa yang diketahui. Otak bisa mengikuti apa yang diketahui karena ia bisa mengenalinya, tetapi di sini tak mungkin ada pengenalan apa pun. Suatu gerak mempunyai arah, tetapi ini tak punya arah; ia tidak statis. Oleh karena ia tanpa arah, ia adalah esensi dari tindakan. Semua arah berasal dari pengaruh atau dari reaksi. Tetapi tindakan yang bukan hasil reaksi, dorongan atau tarikan, adalah energi total. Energi ini, cinta, mempunyai geraknya sendiri. Tetapi kata 'cinta', yang diketahui, bukanlah cinta. Yang ada hanyalah fakta, bebas dari yang dikenal. Meditasi adalah ledakan dari fakta itu. [36]

*****

Meditasi sungguh sederhana sekali

Meditasi sungguh sederhana sekali. Kitalah yang membuatnya rumit. Kita merajut jaringan pikiran di sekitarnya—tentang apa meditasi itu dan apa yang bukan. Tapi meditasi bukanlah kedua-duanya. Begitu sederhananya, hingga ia tak tertangkap oleh kita karena batin kita begitu rumit, begitu usang dan tergantung pada waktu. Dan batin inilah yang mendikte kegiatan hati, lalu mulailah kesulitan itu. Tetapi meditasi itu datang secara wajar, dengan amat mudahnya, sewaktu Anda berjalan di atas pasir atau memandang ke luar jendela atau melihat bukit-bukit menakjubkan yang tampak kecoklatan, terbakar oleh terik matahari musim panas yang baru lalu. Mengapa kita ini makhluk yang tersiksa, dengan air mata menitik dan senyum palsu di bibir? Sekiranya Anda dapat berjalan sendirian mendaki bukit-bukit itu, atau memasuki hutan atau

menyusuri pantai pasir putih bersih itu, maka dalam kesunyian itu Anda akan tahu apa meditasi itu. [37]

*****

Meditasi ini berlangsung terus, selama satu jam

Suasana pagi sedini itu amatlah tenang dan tak satu pun burung atau daun yang bergerak. Meditasi yang bermula dari kedalaman yang tak dikenal, dan berjalan terus dengan intensitas dan gerak semangat yang semakin meningkat itu memahat otak menjadi keheningan yang sempurna, menggali ke kedalaman pikiran, mencabut perasaan sampai ke akar-akarnya, mengosongkan otak dari yang dikenal dan bayangannya. Itu suatu pembedahan, dan tak ada yang membedah, tak ada ahli bedahnya; itu berlangsung seperti seorang ahli bedah membedah kanker, mengeluarkan semua jaringan yang tercemar, jangan sampai penularan menjalar terus.

Meditasi ini berlangsung terus selama satu jam menurut arloji. Dan inilah meditasi tanpa si pemeditasi. Si pemeditasi selalu mencampuri dengan segala kedunguan dan kesombongannya, dengan semua ambisi dan keserakahan-nya. Si pemeditasi adalah pikiran yang terpupuk dalam pertentangan-pertentangannya dan luka-lukanya, dan dalam meditasi pikiran harus berhenti sama sekali. Inilah dasar bagi meditasi. [38]

*****

Tanpa meditasi hati menjadi padang pasir

Meditasi bukanlah konsentrasi, yang berarti penyisihan [*exclusion*], pemotongan, perlawanan, dan dengan demikian

sebuah konflik. Batin yang meditatif dapat berkonsentrasi, yang di situ bukan penyisihan, bukan perlawanan; tetapi batin yang terkonsentrasi tidak bisa bermeditasi. Menarik betapa meditasi menjadi mahapenting; tidak ada akhir meditasi, juga tidak ada awal meditasi. Itu seperti tetes air hujan; di dalam tetes itu terkandung semua batang air, semua sungai besar, semua samudra dan air terjun; tetes itu menghidupi bumi dan manusia; tanpa itu bumi akan menjadi padang pasir. Tanpa meditasi hati menjadi padang pasir, suatu tanah gersang. Meditasi mempunyai geraknya sendiri; Anda tak dapat mengarahkannya, membentuknya, atau memaksanya; jika Anda lakukan itu, itu bukan lagi meditasi. Gerak ini berakhir jika Anda menjadi sekadar pengamat, jika Anda adalah orang yang mengalami. Meditasi adalah gerak yang memusnahkan si pengamat, orang yang mengalami; itu adalah gerak yang di atas semua simbol, pikiran, dan perasaan. Kecepatannya tak terukur. [39]

*****

Mengalami keadaan itu adalah sangat penting

Terbangun pada dini hari dengan rasa yang kuat akan tenaga, keindahan dan sifat tak mungkin terkotori. Itu bukan sesuatu yang pernah terjadi, suatu pengalaman di masa lampau yang kemudian kita terbangun dan mengingatnya seperti di dalam sebuah mimpi, melainkan sesuatu yang sungguh-sungguh tengah berlangsung. Orang sadar akan sesuatu yang sama sekali tak terkotori, yang di dalamnya tiada suatu pun yang bisa terkotori dan melapuk bisa eksis. Itu terlalu luas untuk bisa dipegang oleh otak, diingat; otak hanya bisa mencatat, secara mekanikal, bahwa ada "keadaan" tak terkotori yang begitu rupa. Mengalami

keadaan seperti itu adalah sangat penting; Itu ada di situ, tak terbatas, tak tersentuh, tak tertembus.

Oleh karena sifatnya yang tak terkotori, terdapat keindahan di dalamnya. Bukan keindahan yang memudar, bukan pula sesuatu yang dibuat oleh tangan manusia, atau kejahatan dengan keindahannya. Orang merasa bahwa di dalam kehadiran Itu segala esensi ada, dan dengan demikian Itu suci. Itu adalah kehidupan di mana tiada suatu pun bisa musnah. Kematian adalah tak terkotori, tetapi manusia membuatnya menjadi sesuatu yang kotor, seperti juga kehidupan baginya.

Bersama itu semua terdapat rasa tenaga, kekuatan yang sama padatnya seperti gunung itu yang tak terpecahkan oleh apa pun, yang tak tersentuh oleh kurban, doa, kebajikan apa pun.

Itu ada di situ, mahaluas, yang tak terkotori oleh gelombang pikiran apa pun, bukan sesuatu yang teringat. Itu ada di situ dan mata, napas, adalah darinya.

Waktu, kemalasan, mengotori. Itu mungkin berlangsung beberapa lama. Fajar baru saja menyingsing, dan terdapat embun di mobil di luar dan di rerumputan. Matahari belum terbit, namun puncak bersalju yang tajam itu tampak jelas di langit berwarna abu-abu kebiruan; itu pagi yang memukau, tanpa secercah awan pun. Tetapi itu tidak akan lestari; itu begitu indah.

Mengapa semua ini terjadi pada kita? Tidak ada penjelasan yang cukup, sekalipun orang bisa menciptakan puluhan penjelasan. Tetapi beberapa hal cukup jelas: (1) orang harus “tak peduli” sepenuhnya terhadap Itu yang datang dan pergi; (2) tidak boleh ada keinginan untuk melanjutkan pengalaman itu atau menyimpannya di dalam

ingatan; (3) harus ada kepekaan jasmaniah tertentu, suatu ketidakpedulian terhadap kenyamanan; (4) perlu ada pendekatan humoristik yang kritis terhadap diri.

Tetapi sekalipun orang memiliki semua ini, secara kebetulan—bukan melalui pemupukan dan kerendahan hati yang disengaja—bahkan sekalipun demikian, itu tidak cukup. Diperlukan sesuatu yang sama sekali berbeda, atau tidak diperlukan apa-apa. Itu harus datang dan Anda tidak pernah bisa mengejarnya, apa pun yang Anda lakukan. Anda bisa pula menambahkan cinta kepada daftar ini, tetapi Itu berada di atas cinta. Satu hal adalah pasti, otak tidak bisa memahaminya dan otak tidak bisa mewadahinya. Berbahagialah orang yang memperolehnya. Dan Anda bisa pula menambahkan, suatu otak yang diam, hening. [40]

*****

Melihat melalui mata dari belakang kepala

Pada dini hari ketika matahari masih belum terbit dan embun terdapat di rerumputan, ketika masih berada di tempat tidur, berbaring dengan diam, tanpa suatu pikiran atau gerakan, terdapat penglihatan, bukan penglihatan yang dangkal dengan mata, melainkan melihat melalui mata dari belakang kepala. Mata dan dari belakang kepala adalah satu-satunya alat yang melalui itu masa lampau yang tak terukur melihat ke dalam ruang tak terukur yang tak memiliki waktu. Dan belakangan, ketika masih berada di tempat tidur, terdapat penglihatan yang di situ semua kehidupan tampak terkandung.

Betapa mudah mengelabui diri sendiri, memproyeksikan keadaan-keadaan yang diinginkan, yang sungguh-sungguh dialami, terutama kalau itu menyenangkan. Tidak ada ilusi,

tidak ada pengelabuan, bila tidak ada keinginan—disadari atau tidak—akan pengalaman apa pun, bila orang tak peduli sepenuhnya terhadap datang dan perginya semua pengalaman, bila orang tidak minta apa pun. [41]

*****

Selama ceramah itu, otak yang bereaksi tidak ada

Ada ceramah pagi ini, dan selama ceramah itu, otak yang bereaksi, berpikir, menyusun, tidak ada. Otak tidak bekerja, kecuali mungkin mencari ingatan kata-kata. [42]

*****

Ada pengamatan ke dalam yang bukan pengamatan ke luar dibelokkan ke dalam

Terbangun pagi ini dengan nyeri yang kuat tetapi pada saat bersamaan terdapat kilatan penglihatan yang mencerahkan. Mata dan otak kita mencatat hal-hal, pepohonan, pegunungan, air sungai yang mengalir deras; mengumpulkan pengetahuan, teknik, dan sebagainya. Dengan mata dan otak yang sama—yang terlatih untuk mengamati, memilih, menyalahkan dan membenarkan—kita berpaling ke dalam, memandang ke dalam, mengenali obyek-obyek, membangun ide-ide, yang terorganisir ke dalam penalaran. Pandangan ke dalam ini tidak berlangsung sangat jauh, oleh karena masih berada di dalam keterbatasan pengamatan dan penalarannya sendiri. Pandangan ke dalam ini masih pandangan ke luar dan dengan demikian tidak banyak perbedaan antara keduanya. Apa yang tampak berbeda mungkin serupa.

Tetapi ada pengamatan ke dalam yang bukan pengamatan ke luar yang dibelokkan ke dalam. Otak dan mata yang hanya mengamati sebagian tidak memahami penglihatan total. Mereka harus hidup sepenuhnya tetapi diam; mereka harus berhenti memilih dan menilai, melainkan sekadar eling secara pasif. Maka melihat ke dalam itu tanpa perbatasan waktu-ruang. Dalam kilatan ini suatu persepsi baru lahir. [43]

*****

Keindahan meditasi ialah bahwa Anda tak pernah tahu di mana Anda berada, ke mana Anda pergi, apa akhirnya

Meditasi adalah salah satu hal paling luar biasa, dan jika Anda tidak tahu apa itu, Anda bagaikan orang buta berada di dunia yang penuh warna cemerlang, bayang-bayang, dan cahaya yang bergerak. Itu bukan masalah intelektual, tetapi bila hati masuk ke dalam pikiran, batin memiliki kualitas yang amat berbeda; maka itu sungguh-sungguh tak terbatas, bukan saja dalam hal kemampuannya untuk berpikir, bertindak secara efisien, tetapi juga dalam rasa hidup dalam ruang yang mahaluas, di mana Anda adalah bagian dari segala sesuatu.

Meditasi adalah gerak cinta. Itu bukan cinta kepada sesorang atau kepada banyak orang. Itu seperti air yang setiap orang bisa minum dari kendi apa pun, entah kendi emas entah kendi tanah liat; itu tak pernah habis. Dan suatu hal yang aneh terjadi yang tidak bisa dihasilkan oleh obat atau oleh hipnosis-diri; seolah-olah batin masuk ke dalam dirinya sendiri, mulai di permukaan dan menembus semakin dalam, sampai kedalaman dan ketinggian kehilangan

maknanya dan setiap bentuk pengukuran berhenti. Dalam keadaan ini terdapat kedamaian sepenuhnya—bukan rasa puas yang diperoleh melalui suatu pemuasan—melainkan kedamaian yang memiliki ketertiban, keindahan, dan intensitas. Semua itu dapat dibinasakan, seperti Anda dapat membinasakan sekuntum bunga, namun justru oleh karena kerentanannya ia tak terbinasakan. Meditasi ini tidak bisa dipelajari dari orang lain. Anda harus mulai tanpa tahu apa-apa tentang itu, dan bergerak dari kepolosan kepada kepolosan.

Lahan di mana batin meditatif bisa mulai ialah lahan kehidupan sehari-hari, pergulatan, kesakitan, dan suka cita sekilas. Ia harus mulai di situ, dan membawa ketertiban, dan dari situ bergerak tanpa akhir. Tetapi jika Anda hanya berkepentingan untuk menciptakan ketertiban, maka ketertiban itu sendiri menghasilkan keterbatasannya sendiri, dan batin akan menjadi tawanannya. Dalam semua gerak ini, bagaimana pun juga Anda harus mulai dari ujung yang lain, dari pantai yang lain, dan tidak selalu berkepentingan dengan pantai sini atau bagaimana menyeberangi sungai. Anda harus terjun ke dalam air, tanpa tahu cara berenang. Dan keindahan meditasi ialah bahwa Anda tidak pernah tahu di mana Anda berada, ke mana Anda pergi, apa akhirnya. [44]

*****

Anda berada jauh sekali

Petang itu petang yang indah, dengan matahari terbenam di balik pepohonan; di jalan itu Anda berada jauh dari mana-mana, sekalipun ada dusun-dusun terhampar di sana-sini di sekeliling Anda, tetapi Anda berada jauh dan tak ada yang dapat menghampiri Anda. Itu bukan di dalam ruang, waktu

atau jarak; Anda berada jauh dan tak ada ukuran. Kedalamannya tak dapat diselami; terdapat kedalaman yang tak mempunyai tinggi, tak mempunyai keliling.

Sekali-sekali ada orang desa melintas di dekat Anda, menjinjing sekelumit benda-benda yang dibelinya di kota, dan sementara ia melintas, hampir-hampir menyentuh Anda, ia tidak datang ke dekat Anda. Anda berada jauh sekali, di suatu dunia tak dikenal yang tak punya dimensi; bahkan jika Anda ingin tahu, Anda tak mungkin mengetahuinya. Itu terlalu jauh dari apa yang dikenal; itu tak mempunyai hubungan dengan yang dikenal. Itu bukan sesuatu yang Anda alami; tak ada apa-apa untuk dialami, lagi pula semua pengalaman selalu berada di bidang yang diketahui, dikenali dengan apa yang pernah ada.

Anda berada jauh sekali, jauh tak terukur, tetapi pepohonan, bunga-bunga berwarna kuning dan rumpun gandum berada dekat menakjubkan, lebih dekat daripada pikiran Anda dan hidup dengan indahnya, dengan intensitas dan keindahan yang tak pernah layu.

Kematian, penciptaan dan cinta ada di situ, dan Anda tidak bisa membedakannya dan Anda adalah bagian dari itu; mereka tidak terpisah, sesuatu untuk dipisahkan dan diperdebatkan. Mereka tak terpisahkan, saling-berhubungan dengan erat, tetapi bukan hubungan antara kata dan tindakan, ungkapan. Pikiran tak bisa membentuknya, begitu pula perasaan tak bisa menyelimutinya, keduanya terlalu mekanikal, terlalu lambat, berakar pada yang dikenal. Imajinasi berada di dalam bidang mereka, dan tak bisa mendekat. Cinta, kematian, penciptaan adalah fakta, realitas aktual, seperti juga tubuh yang mereka bakar di tepi sungai di bawah pohon. Pohon itu, api dan air mata itu nyata, fakta-

fakta yang tak dapat diingkari, tetapi mereka adalah aktualitas dari yang dikenal, dan kebebasan dari yang dikenal, dan di dalam kebebasan itu ketiganya berada—tak terpisahkan. Tetapi Anda harus pergi jauh sekali namun berada sangat dekat. [45]

*****

Penciptaan hanya bisa berlangsung dalam pengingkaran total

Ketika berjalan menyusuri batang air dan dengan pegunungan terselimuti awan, terdapat saat-saat keheningan yang intens, seperti bercak-bercak langit biru yang cemerlang di antara awan-awan yang menyibak. Senja itu dingin menusuk, dengan angin bertiup dari arah utara.

Penciptaan bukanlah untuk mereka yang berbakat, untuk mereka yang mempunyai talenta; mereka hanya tahu kreativitas tapi bukan penciptaan. Penciptaan berada di atas pikiran dan gambaran, di atas kata-kata dan ungkapan. Itu tidak untuk dikomunikasikan oleh karena tidak bisa dirumuskan, itu tak bisa dibungkus dengan kata-kata. Itu bisa dirasakan dalam keelingan sepenuhnya. Itu tidak bisa dimanfaatkan dan ditaruh di pasar, untuk ditawar dan dijual.

Itu tidak bisa dipahami oleh otak, dengan berbagai responsnya yang rumit. Otak tidak punya cara untuk menyentuhnya; otak sama sekali tidak mampu. Pengetahuan adalah rintangan, dan tanpa pengenalan-diri, penciptaan tidak mungkin ada. Intelek, alat yang tajam dari otak, tidak mungkin mendekatinya. Otak seluruhnya, beserta tuntutan dan pengejarannya yang tersembunyi dan berbagai jenis kebajikan licin, harus sama sekali hening, tanpa bicara namun waspada dan diam. Penciptaan bukanlah membuat

roti atau menulis puisi. Semua kegiatan otak harus berhenti, dengan suka rela dan dengan mudah, tanpa konflik dan kesakitan. Tidak boleh ada sekilas konflik dan peniruan.

Maka terdapat gerak mencengangkan yang dinamakan penciptaan. Itu hanya bisa berlangsung di dalam pengingkaran total; itu tidak mungkin berlangsung dalam perjalanan waktu, begitu pula ruang tak mungkin menyelimutinya. Harus ada kematian sepenuhnya, penghancuran total, agar itu ada.

Ketika bangun pagi ini, terdapat keheningan sempurna, secara lahiriah maupun batiniah. Tubuh dan otak yang mengukur dan menimbang diam, dalam keadaan tak bergerak, sekalipun keduanya hidup dan sangat peka. Dan diam-diam, seperti datangnya fajar, Itu datang dari suatu tempat jauh di dalam, kekuatan itu beserta energi dan kemurniannya. Itu tampak tak memiliki akar, tanpa penyebab, namun Itu ada di situ, intens dan padat, dengan kedalaman dan ketinggian yang tak terukur. Itu tetap ada beberapa lama menurut jam, lalu pergi, seperti awan pergi ke balik gunung.

Setiap kali terdapat sesuatu yang "baru" dalam Berkah [*benediction*] ini, suatu kualitas "baru", suatu keharuman "baru", tetapi Itu tak berubah. Itu sama sekali tak mungkin dikenal. [46]

*****

Meditasi adalah pengosongan kesadaran dari segala daya upaya

Hanya ketika bangun pada dini keesokan hari, orang eling akan kemegahan senja sebelumnya dan cinta yang

melintas. Kesadaran tak dapat mewadahi kemahaluasan dari kepolosan; ia bisa menerimanya, tetapi ia tak dapat mengejarnya, tidak pula memupuknya. Seluruh kesadaran harus diam, bukan menginginkan, bukan mencari dan tidak mengejar. Keseluruhan kesadaran harus diam, dan hanya dengan begitu, apa yang tak punya awal dan tak punya akhir bisa muncul. Meditasi adalah pengosongan kesadaran, bukan untuk menerima, melainkan untuk kosong dari segala daya upaya. Harus ada ruang utuk keheningan, bukan ruang yang diciptakan oleh pikiran dan kegiatannya, melainkan ruang yang muncul melalui pengingkaran dan penghancuran, ketika tidak ada apa-apa yang tinggal dari pikiran dan proyeksinya. Hanya di dalam kekosongan bisa terdapat penciptaan.

Ketika bangun pada dini hari ini, keindahan dari kekuatan itu, beserta kepolosannya, ada di situ, jauh di dalam dan muncul ke permukaan batin. Itu mempunyai kualitas kelenturan tak terbatas, tetapi tiada sesuatu bisa membentuknya; Itu tak bisa dibuat menyesuaikan, mencocokkan dengan cetakan manusia. Itu tidak bisa ditangkap dalam lambang-lambang atau kata-kata. Tetapi Itu ada di situ, mahaluas dan tak tersentuh. Semua meditasi tampak remeh dan bodoh. Itu tetap ada dan batin diam.

Beberapa kali sepanjang hari, pada saat-saat yang tak terduga, Berkah itu datang dan pergi. Menginginkan dan bertanya tak punya arti sama sekali. [47]

*****

Tanpa diharap, bukit, bumi, lembah, semua itu berada di dalam diri

Selagi kami berjalan menyusuri jalan setapak yang sempit melalui ladang-ladang, pegunungan dengan salju dan warnanya tampak begitu dekat dan rapuh, begitu tidak nyata sama sekali. Kambing-kambing mengembik minta diperah susunya. Tanpa diharap, seluruh keindahan yang berlimpah, warna, pebukitan, bumi yang kaya ini, lembah yang intens ini, semua itu berada di dalam diri kita. Itu bukan di dalam kita, hati dan batin kita sendiri begitu terbuka penuh, tanpa rintangan waktu dan ruang, begitu kosong dari pikiran dan perasaan, sehingga yang ada hanyalah keindahan ini, tanpa suara atau wujud. Itu ada di situ dan segala sesuatu yang lain tidak ada. Kemahaluasan dari cinta ini, bersama keindahan dan kematian, ada di situ mengisi lembah dan seluruh diri kita, yang adalah lembah itu. Itu senja yang luar biasa. [48]

*****

Pikiran menciptakan penjaranya sendiri

Bahkan bintang-bintang masih terlihat dari kota yang berpenerangan baik ini, dan terdapat suara-suara lain selain deru lalu lintas—panggilan burung merpati dan kicau burung gereja; terdapat bebauan lain selain gas monoksida—bau dedaunan pada musim gugur dan keharuman bunga-bunga. Pada dini hari ini terdapat beberapa bintang di langit dan awan-awan seperti bulu, dan bersama mereka muncullah penembusan yang intens ke kedalaman apa yang tak dikenal.

Otak hening, begitu hening ia bisa mendengar bising yang paling lemah, dan karena hening dan tak mampu mencampuri, terdapat gerak yang mulai bukan dari mana-

mana dan berlangsung, melalui otak, ke kedalaman apa yang tak dikenal, yang di situ kata kehilangan maknanya. Itu mengalir melalui otak dan terus mengatasi waktu dan ruang. Orang bukan menggambarkan suatu khayalan, suatu mimpi, suatu ilusi, melainkan suatu fakta aktual yang terjadi, tetapi apa yang terjadi bukanlah kata atau uraiannya. Terdapat energi yang membakar, vitalitas yang langsung meletus, dan bersamanya datanglah gerak yang menembus itu. Itu seperti angin yang kencang, mengumpulkan kekuatan dan keganasan sementara itu bertiup, menghancurkan, memurnikan, meninggalkan kekosongan mahaluas. Terdapat kesadaran penuh akan semua itu dan terdapat kekuatan dan keindahan besar; bukan kekuatan dan keindahan yang disusun, melainkan dari sesuatu yang murni sepenuhnya dan tak terkotori. Menurut jam, itu berlangsung selama sepuluh menit, tetapi itu adalah sesuatu yang tak terhitung.

Matahari terbit ditengah kemegahan awan-awan, hidup secara fantastik dan kuat warnanya. Deru kota itu belum mulai dan burung merpati dan burung gereja sudah pergi. Betapa aneh dangkalnya otak ini, betapa pun halus dan dalamnya pikiran, namun itu selalu lahir dari kedangkalan. Pikiran terikat pada waktu, dan waktu adalah remeh; keremehan itulah yang menghalangi ‘melihat’. Melihat selalu seketika, seperti memahami, dan otak yang dibentuk oleh waktu, menghalangi dan membelokkan melihat. Waktu dan pikiran tak terpisahkan; akhiri yang satu, dan Anda mengakhiri pula yang lain. Pikiran tak bisa dimusnahkan dengan kehendak, oleh karena kehendak adalah pikiran dalam tindakan. Pikiran berbeda dari pusat yang dari situ pikiran muncul. Pikiran adalah kata, dan kata adalah timbunan ingatan, pengalaman. Tanpa kata, adakah pikiran? Terdapat gerak yang bukan kata, dan itu bukan dari pikiran.

Gerak ini muncul apabila otak hening tetapi aktif, dan pikiran tak bisa mencari gerak ini.

Pikiran adalah ingatan, dan ingatan adalah respons yang menumpuk, jadi pikiran selalu terkondisi betapa pun ia mungkin membayangkan dirinya bebas. Pikiran adalah mekanikal, terikat pada pusat pengetahuannya sendiri. Jarak yang ditempuh oleh pikiran tergantung pada pengetahuan, dan pengetahuan adalah sisa hari kemarin, dari gerak yang telah tiada. Pikiran dapat memproyeksikan diri ke masa depan, tetapi ia terikat pada hari kemarin. Pikiran menciptakan penjaranya sendiri dan hidup di dalamnya, entah di masa depan entah di masa lampau, entah berlapis emas entah biasa saja. Pikiran tidak pernah bisa diam, hakekatnya sendiri adalah gelisah, selalu mendorong dan menarik diri. Mesin pikiran selalu bergerak, dengan bising atau diam-diam, di permukaan atau tersembunyi. Ia tidak bisa aus. Pikiran bisa memperhalus dirinya, mengendalikan pengembaraannya; bisa memilih arahnya sendiri dan menyesuaikan diri dengan lingkungan.

Pikiran tak mungkin bisa mengatasi dirinya; ia bisa berfungsi di medan yang sempit atau luas, tetapi itu akan tetap berada di dalam keterbatasan ingatan, dan ingatan selalu terbatas. Ingatan harus mati secara psikologis, secara batiniah, tetapi hanya berfungsi secara lahiriah. Secara batiniah, harus ada kematian, dan secara lahiriah, kepekaan terhadap setiap tantangan dan tanggapan. Perhatian pikiran ke dalam batin menghalangi tindakan. [49]

*****

Jarak di antara kami lenyap dan lenyap pula kedua entitas; yang ada hanyalah perempuan itu

Di sepanjang jalan itu, seorang desa dan istrinya berjalan, yang satu di belakang yang lain, si suami memimpin dan si istri mengikuti. ... Mereka menyalip kami, si istri tak pernah memandang kami ... Kami berhasil mengejar mereka; si istri seorang perempuan kecil, yang tak pernah mengangkat matanya dari memandang ke tanah ... Ia berjalan dengan kaki telanjang. Wajahnya gelap, dan terdapat kesedihan besar meliputi dirinya. Jalannya kokoh dan lincah, yang tak menyentuh kesedihannya sedikit pun ... Tetapi terdapat kesedihan besar dan Anda bisa segera merasakannya; kesedihan yang tak terobati, tak ada jalan keluar, tak ada cara meringankannya, tak ada jalan mengubahnya. ... Ia berada di seberang jalan, beberapa kaki jauhnya ... Kami berjalan berdampingan untuk beberapa lama, dan kemudian ia berbelok ... menuju ke desanya, si suami memimpin, tak pernah menengok ke belakang, dan ia mengikuti. Sebelum ia membelok terjadilah suatu hal yang menarik. Jarak beberapa kaki di antara kami lenyap, dan lenyap pula kedua entitas; yang ada hanyalah perempuan itu berjalan dalam kesedihannya yang tak tertembus. Itu bukan pengidentifikasian dengan dia, bukan pula simpati mendalam dan kasih sayang; hal-hal itu ada di situ, tetapi bukan karena fenomena itu. Identifikasi dengan orang lain, betapa pun dalam, masih mempertahankan keterpisahan dan pembagian; masih tetap ada dua entitas, yang satu mengidentifikasikan dengan yang lain—disadari atau tidak—melalui kasih sayang atau melalui kebencian; di situ ada daya upaya, halus atau terbuka. Tetapi di sini tidak ada sama sekali. Ia adalah satu-satunya manusia yang ada di jalan itu. Ia ada dan yang lain [K] tidak ada. Itu bukan khayalan atau ilusi; itu fakta

sederhana, dan tiada penalaran cerdik dan penjelasan canggih bisa mengubah fakta itu. Bahkan ketika ia berbelok dan pergi, yang lain tidak ada yang berjalan di jalan yang lurus itu. Baru beberapa lama kemudian, yang lain mendapati dirinya berjalan di dekat seonggok pecahan batu, yang siap dipakai untuk memperbaiki jalan. [50]

*****

Runtuhnya si pemeditasi adalah juga meditasi

Senja itu indah, langit bersih, dan sekalipun ada cahaya lampu kota, bintang-bintang tetap cemerlang; sekalipun menara itu disoroti cahaya dari semua sudut, orang bisa melihat cakrawala, dan di bawah sana bercak-bercak cahaya ada di atas sungai. Sekalipun ada deru lalu lintas terus-menerus, senja itu penuh kedamaian. Meditasi datang beringsut pada orang seperti sebuah gelombang menyelimuti pasir. Itu bukan meditasi yang dapat ditangkap otak dalam jaring ingatannya; itu adalah sesuatu yang kepadanya seluruh otak menyerah tanpa perlawanan apa pun. Itu adalah meditasi yang mengatasi setiap rumusan, metode; metode dan rumusan dan pengulangan merusak meditasi. Dalam geraknya meditasi mencakup segala sesuatu, bintang-bintang, kebisingan, keheningan dan bentangan air sungai. Tetapi tidak ada si pemeditasi; si pemeditasi, si pengamat, harus berakhir agar bisa ada meditasi. Runtuhnya si pemeditasi adalah juga meditasi; tetapi ketika si pemeditasi berakhir, maka ada meditasi yang lain sama sekali. [51]

5. DARI BUKU HARIAN KRISHNAMURTI: “YANG LAIN”

Itu datang mengalir masuk, memenuhi pikiran dan hati

Ketika menyeberangi sebuah jembatan kayu, sungai itu penuh, membengkak akibat hujan selama ini; airnya mengalir deras, dengan energi dan kekuatan yang hanya dimiliki oleh sungai di pegunungan. Memandang ke hulu dan ke hilir sungai itu, yang ditahan oleh tepi yang padat dengan bebatuan dan pepohonan, orang([*]) sadar akan gerak waktu, masa lampau, saat kini dan masa depan; jembatan itu adalah saat kini, dan seluruh kehidupan bergerak dan hidup melewati saat kini.

Tetapi di atas semua itu, sepanjang jalan yang tersiram hujan dan becek itu, terdapat Yang Lain, suatu dunia yang tak pernah tersentuh oleh pikiran manusia, oleh kegiatannya dan kesedihannya yang tanpa akhir. Dunia ini bukan produk dari harapan, bukan pula dari kepercayaan. Orang tidak sepenuhnya sadar akan hal itu pada waktu itu, terdapat begitu banyak hal untuk diamati, diraba dan dicium; awan-awan, langit biru pudar di atas pegunungan, dan matahari di antara mereka, dan cahaya senja pada padang yang berkilauan; bau kandang sapi dan bunga-bunga merah di sekeliling rumah petani. Yang Lain ada di situ menyelimuti semua ini, tak ada hal sekecil apa pun yang tak tersentuh, dan selagi orang berbaring dengan sadar di tempat tidur, Itu datang mengalir

---

[*] Kata *‘one’* (orang) sering digunakan oleh Krishnamurti untuk menyebut dirinya dalam buku hariannya.

masuk, memenuhi pikiran dan hati. Lalu orang sadar akan keindahannya yang halus, gairahnya dan cinta. Itu bukan cinta yang dipuja dalam gambaran-gambaran, dibangkitkan dengan lambang-lambang, gambar-gambar dan kata-kata, bukan pula yang berbaju iri hati dan kecemburuan, melainkan apa yang ada di situ bebas dari pikiran dan perasaan, gerak melengkung, abadi. Keindahannya ada di situ bersama gairah yang melupakan diri. Tidak ada gairah dari keindahan itu bila tidak ada pertarakan [*austerity*]. Pertarakan bukanlah dari pikiran, yang dikumpulkan dengan cermat melalui pengorbanan, penekanan dan disiplin. Semua ini harus berakhir, secara alamiah, oleh karena mereka tidak punya arti bagi Yang Lain itu. Itu datang mengalir masuk dengan kelimpahannya yang tak terukur. Cinta ini tidak punya pusat, tidak pula punya keliling, dan Itu begitu lengkap, begitu tak tergoyahkan sehingga tak ada bayangan sedikit pun di dalamnya dan begitu mudah dibinasakan. [52]

*****

Terdapat cahaya yang menembus dan kecepatan yang mencengangkan

Selagi orang bangun pada dini hari ini, terdapat kilatan “melihat”, “memandang”, yang tampak berlangsung terus selama-lamanya. Itu tidak datang dari mana-mana dan tidak pergi ke mana-mana, tetapi di dalam melihat itu termasuk segala penglihatan dan segala sesuatu. Itu adalah pemandangan yang pergi melampaui sungai-sungai, pebukit-an, pegunungan, melampaui bumi dan cakrawala dan manusia. Dalam melihat ini, terdapat cahaya yang menembus dan kecepatan yang mencengangkan. Otak tak dapat mengikutinya, tidak pula dapat mewadahinya. Itu adalah cahaya murni dan kecepatan yang tak mengenal perlawanan.

Ketika berjalan-jalan kemarin, keindahan cahaya di antara pepohonan dan pada rerumputan begitu intens, sehingga orang kehabisan napas dan tubuh menjadi ringkih.

Belakangan pada pagi ini, sementara orang akan sarapan, seperti sebilah pisau ditusukkan ke tanah yang lunak, terdapat Berkah itu, beserta tenaga dan kekuatannya. Itu datang secepat kilat dan pergi secepat itu pula. [53]

*****

Diam-diam Itu datang, menyelimuti bumi dan orang berada di dalamnya

Jalan setapak itu mendaki landai melewati sebuah kandang sapi, tetapi kandang itu kosong; sapinya telah dibawa merumput ke padang jauh di atas. Di atas sana hening, tiada orang, hanya ada suara batang air yang deras. Diam-diam Itu datang, begitu lembut sehingga orang tidak menyadarinya, begitu dekat ke bumi, di antara bunga-bunga. Itu meluas, menyelimuti bumi dan orang berada di dalamnya, bukan sebagai si pengamat, melainkan darinya. Tidak ada pikiran maupun perasaan, otak sama sekali hening. Tiba-tiba ada kepolosan begitu sederhana, begitu jernih dan ringkih. Itu adalah ladang kepolosan yang melampaui semua kesenangan dan kesakitan, mengatasi semua siksaan dari harapan dan keputusasaan. Itu ada di situ dan Itu membuat batin, seluruh diri, menjadi polos; orang berasal darinya, melampaui ukuran, melampaui kata-kata, batin transparan dan otak segar tanpa waktu.

Itu berlangsung beberapa lama, dan hari sudah petang dan kami harus kembali.

Pagi ini, ketika bangun, perlu sedikit waktu bagi Kemahaluasan itu untuk datang, tapi Itu ada di situ, dan pikiran dan perasaan menjadi hening. Selagi orang menggosok gigi, intensitasnya tajam dan jernih. Itu datang dengan tiba-tiba, begitu pula pergi dengan tiba-tiba; tiada apa pun bisa menahannya dan tiada apa pun bisa memanggilnya.[54]

*****

Bagaikan sungai berkelana, memberi hidup dan tak peduli

Ketika bangun, segala sesuatu hening, karena hari sebelumnya sangat melelahkan. Suasana itu hening mencengangkan, dan orang duduk bermeditasi seperti biasa. Tanpa diharapkan, sementara orang mendengar suara di kejauhan, Itu mulai, diam-diam, dengan lembut; dan tiba-tiba, Itu ada di situ dengan kekuatan penuh. Keadaan itu mungkin berlangsung beberapa menit. Itu lenyap, tetapi meninggalkan keharumannya jauh di dalam kesadaran orang dan penglihatan akan Itu di dalam mata.

Selama ceramah pagi ini Kemahaluasan beserta berkahnya ada di situ. Setiap hadirin tentu menafsirkannya dengan cara masing-masing, dan dengan demikian menghancurkan hakekatnya yang tak teruraikan. Semua penafsiran mendistorsikan.

Proses itu berjalan akut dan tubuh menjadi agak ringkih. Tetapi di atas semua ini, terdapat kemurnian dari keindahan yang mencengangkan, keindahan bukan dari benda-benda, yang dibentuk oleh pikiran atau perasaan, atau hadiah dari seorang seniman, melainkan bagaikan sebuah sungai yang berkelana, memberi hidup dan tak peduli, terkotori dan

dimanfaatkan; Itu ada di situ, utuh dan kaya dalam dirinya. Dan sebuah kekuatan yang tak punya nilai dalam struktur sosial dan perilaku manusia. Tetapi Itu ada di situ, tak peduli, mahaluas, tak tersentuh. Oleh karena Itu, maka segala sesuatu ini ada. [55]

*****

Penghancuran & penciptaan yang tak pernah berakhir

Selagi orang memandang batu-batu padas yang padat itu, beserta lengkungnya dan bentuknya dan salju yang berkilauan, setengah bermimpi tanpa pikiran apa pun dalam batin, tiba-tiba ada kekuatan dan berkah dengan keanggunan yang mahaluas dan padat. Itu memenuhi lembah dengan seketika dan batin tak punya ukuran; Itu begitu dalam melampaui kata-kata. Lagi-lagi terdapat kepolosan.

Ketika bangun pada dini hari ini, Itu ada di situ dan meditasi kecil sekali artinya dan semua pikiran mati dan semua perasaan berhenti; otak sama sekali hening. Catatannya bukan yang nyata. Itu ada di situ, tak tersentuh dan tak dapat dikenal. Itu bukan apa yang pernah ada; Itu adalah keindahan yang tak berakhir.

Pagi itu luar biasa. Keadaan itu telah berlangsung selama empat bulan terus-menerus, di mana pun lingkungannya, betapa pun keadaan tubuh. Itu tak pernah sama namun sama; Itu adalah penghancuran dan penciptaan yang tak pernah berakhir. Tenaga dan kekuatannya berada di atas semua pembandingan dan kata-kata. Dan Itu tak pernah berlanjut [*continuous*]; itulah kematian dan kehidupan. [56]

*****

Mata yang melihat sama sekali lain dari organ mata

Kamar itu penuh dengan Berkah itu. Nah, apa yang terjadi kemudian hampir tak mungkin dilukiskan dengan kata-kata; kata-kata begitu mati, dengan makna tertentu yang pasti, dan apa yang terjadi berada di atas semua kata dan deskripsi. Itu adalah pusat semua penciptaan; Itu adalah keseriusan menyucikan yang membersihkan otak dari setiap pikiran dan perasaan; keseriusannya adalah halilintar yang memusnahkan dan menghanguskan; kedalamannya tak terukur; Itu ada di situ tanpa bergerak, tak tertembus, suatu kepadatan yang seringan surga. Itu ada di dalam mata, di dalam napas. Itu ada di dalam mata dan mata dapat melihat. Mata yang melihat, yang memandang, sama sekali lain dari organ mata namun adalah mata yang sama. Hanya ada melihat, mata yang melihat di atas waktu-ruang. Terdapat keanggunan tak tertembus dan kedamaian yang adalah intisari semua gerak, tindakan. Tiada kebajikan menyentuh-nya oleh karena Itu berada di atas semua kebajikan dan sanksi manusia. Terdapat cinta yang sepenuhnya mudah binasa, dan dengan demikian mempunyai kerapuhan dari semua hal yang baru, rentan, mudah rusak, namun berada di atas semua itu. Itu tak dapat musnah, tak punya nama, tak mengetahui. Tiada pikiran bisa menembusnya; tiada tindakan bisa menyentuhnya. Itu “suci”, tak tersentuh dan dengan demikian selalu indah menjadi dambaan.

Semua ini tampak mempengaruhi otak; otak tidak seperti sebelumnya. (Pikiran adalah hal yang begitu remeh, perlu tapi remeh.) Oleh karena Itu, maka hubungan tampak berubah. Seperti badai yang menakutkan, gempa bumi yang menghancurkan memberi arah baru pada aliran sungai, mengubah pemandangan, membongkar jauh ke dalam bumi,

begitu pula Itu meratakan tonjolan-tonjolan pikiran, mengubah bentuk hati. [57]

*****

Suatu Berkah turun meliputi kami

Kemarin, selagi kami berjalan mendaki lembah sempit yang indah, sisinya yang terjal gelap dengan pepohonan pinus dan padang-padang hijau dipenuhi bunga-bunga liar, tiba-tiba, tanpa terduga sama sekali, oleh karena kami tengah berbicara mengenai hal-hal lain, suatu Berkah [*benediction*] turun meliputi kami, seperti gerimis yang lembut. Kami menjadi pusat dari Itu. Itu lembut, mendesak, halus dan damai tak terbatas, menyelimuti kami dalam tenaga yang di atas semua kesalahan dan penalaran.

Pada dini hari ini, ketika bangun, berpakaian, keseriusan yang menyucikan dan tak berubah dan sebuah ekstase yang tak mempunyai sebab, Itu sekadar ada di situ. Dan sepanjang hari, apa pun yang dilakukan, Itu ada di situ di latar belakang, dan Itu langsung datang dan tampil begitu orang hening. Terdapat urgensi dan keindahan di dalamnya.

Tiada imajinasi atau keinginan bisa merumuskan keseriusan yang begitu mendalam. [58]

*****

Itu kekuatan yang ada sebelum segala sesuatu muncul

Sementara kami bercakap-cakap, tanpa sebab apa pun, oleh karena yang kami bicarakan tidak terlalu serius, dari suatu kedalaman yang tak terdekati tiba-tiba orang merasakan nyala tenaga yang hebat ini, yang membinasakan

di dalam penciptaannya. Itu adalah kekuatan yang ada sebelum segala sesuatu muncul; Itu tak terdekati, dan dengan kekuatan sendiri orang tidak bisa mendekatinya. Tidak ada apa pun yang eksis kecuali satu hal itu. Kemahaluasan dan ketakjuban.

Sebagian dari pengalaman ini mungkin telah "berlanjut" selama tidur, karena ketika bangun pada dini hari ini, Itu ada di situ dan intensitas proses itu membangunkan orang. Semua pikiran dan kata-kata tidak mampu menguraikan apa yang tengah berlangsung, keanehannya, dan cinta, keindahannya. Tiada imajinasi bisa menyusun ini, Itu bukan pula ilusi; kekuatan dan kemurniannya bukan untuk dipercaya oleh batin-otak. Itu berada di atas seluruh daya-daya manusiawi. [59]

*****

Terdapat penguatan kepekaan

Terbangun pada dini hari dengan perasaan kuat akan Yang Lain, akan suatu dunia lain yang berada di atas semua pikiran; Itu sangat intens dan sejernih dan semurni dini hari, langit tak berawan. Imajinasi dan ilusi dibersihkan dari batin oleh karena tidak ada kelanjutan [*continuity*]. Segala sesuatu ada dan Itu tidak pernah ada sebelumnya. Di mana ada kemungkinan kelanjutan, di situ ada waham (delusi).

Pagi itu cerah, sekalipun tak lama kemudian awan-awan akan terbentuk. Sementara orang melihat keluar jendela, pepohonan, padang-padang sangat cerah. Sesuatu yang menarik tengah terjadi; terdapat penguatan kepekaan. Kepekaan, bukan hanya terhadap keindahan, melainkan juga terhadap segala hal. Helai rumput itu tampak hijau menakjubkan; satu helai rumput mengandung seluruh

spektrum warna; itu sangat intens, menyilaukan dan begitu kecil, begitu mudah binasa. Pepohonan itu adalah seluruh kehidupan, ketinggian dan kedalamannya; garis-garis yang menelusuri bukit-bukit dan pohon-pohon yang berada sendirian adalah ekspresi seluruh waktu dan ruang; dan gunung-gunung dengan latar belakang langit yang pudar berada di atas segenap dewa/tuhan dan manusia. Hampir tak dapat dipercaya melihat, merasakan semua ini dengan sekadar memandang keluar jendela. Mata orang dibersihkan.

Aneh betapa selama satu-dua wawancara berlangsung, kekuatan itu, tenaga itu memenuhi kamar. Itu tampak ada di mata dan napas orang. Itu muncul, secara tiba-tiba dan tanpa diharapkan, dengan kekuatan dan intensitas yang sungguh melanda, dan di waktu lain Itu ada di situ, secara diam dan hening. Tetapi Itu ada di situ, entah orang inginkan entah tidak. Tidak mungkin untuk terbiasa dengannya, karena Itu tak pernah ada sebelumnya dan tak akan pernah ada kelak. Tetapi Itu ada di situ sekarang. [60]

*****

Terdapat cahaya tanpa bayangan

Di tikungan jalan, jalan itu dengan lembut menurun melalui beberapa jembatan melintasi dasar-dasar sungai yang kering, menuju ke sisi lain dari lembah itu. Sebuah pedati melewati jalan itu; beberapa orang desa datang melalui jalan itu, malu-malu tanpa bersuara; ada anak-anak bermain di dasar sungai dan seekor burung terus-menerus memanggil-manggil. Begitu jalan itu membelok ke arah timur, Yang Lain itu muncul. Itu datang sebagai gelombang-gelombang Berkah yang besar, indah dan mahaluas. Seolah-olah surga terbuka, dan dari Kemahaluasan ini muncullah apa yang tak

mungkin diberi nama; Itu ada di situ sepanjang hari, orang tiba-tiba menyadari, dan baru sekarang, ketika berjalan sendirian, dan orang-orang lain mengikuti tidak jauh di belakang, orang menyadari fakta itu, dan yang membuat ini menjadi luar biasa adalah hal yang tengah berlangsung ini; itu adalah puncak dari apa yang berlangsung selama ini dan bukan insiden tersendiri. Ada cahaya, bukan dari matahari yang terbenam atau cahaya buatan yang kuat; itu menimbulkan bayang-bayang, tetapi ada cahaya tanpa bayang-bayang dan Itulah cahaya itu. [61]

*****

Semua ini mungkin berlangsung satu menit atau satu jam

Terbangun dini sekali pada pagi ini, tanpa mandi orang terpaksa duduk tegak, dan biasanya orang duduk tegak di tempat tidur untuk beberapa lama sebelum bangkit dari tempat tidur. Tetapi pagi ini di luar prosedur yang biasa, terdapat keharusan yang urgen dan memaksa. Sementara orang duduk tegak, tidak lama kemudian muncullah Berkah yang mahaluas itu, dan orang segera merasakan seluruh tenaga ini, seluruh kekuatan yang tak tertembus dan tegas ini di dalam diri, di sekeliling diri dan di kepala; dan di pusat seluruh Kemahaluasan ini, terdapat keheningan sempurna. Itu keheningan yang tak terbayangkan, tak terumuskan oleh batin; tiada kekerasan dapat menghasilkan keheningan itu; Itu tidak punya penyebab; Itu bukan hasil; Itu adalah keheningan di pusat taufan yang hebat. Itu keheningan dari segala gerak; esensi dari segala tindakan; Itu adalah ledakan dari penciptaan, dan hanya di dalam keheningan seperti itulah penciptaan bisa berlangsung.

Lagi-lagi otak tak mampu menangkapnya; otak tak dapat mencatatnya dalam ingatannya, di masa lampau, oleh karena hal ini berada di luar waktu; Itu tidak punya masa depan, Itu tak punya masa lampau atau saat kini. Jika Itu dari waktu, otak bisa menangkapnya dan membentuknya sesuai dengan keterkondisiannya. Karena keheningan ini adalah totalitas dari segenap gerak, esensi dari segala tindakan, suatu hidup yang tak mempunyai bayangan, apa yang dari bayangan tak dapat mengukurnya dengan cara apa pun. Itu begitu luas bagi waktu untuk memegangnya dan tiada ruang bisa mewadahi-nya.

Semua ini mungkin berlangsung satu menit atau satu jam.[62]

*****

Penghancuran yang adalah penciptaan

Ketika berjalan sepanjang jalan setapak yang menyusuri sebuah sungai kecil yang airnya deras mengalir, sejuk dan menyenangkan, dengan banyak orang di sekitar, terdapat Berkah itu, selembut dedaunan dan terdapat tarian sukacita di dalamnya. Tetapi di atas dan melaluinya terdapat kekuatan dan tenaga yang mahaluas dan padat yang tak terdekati. Orang merasa ada kedalaman yang tak terukur di baliknya, tak terselami. Itu ada di situ, bersama setiap langkah, dengan urgensi namun dengan “ketakpedulian” tanpa batas. Seperti sebuah bendungan besar dan tinggi menahan air sungai itu, membentuk danau yang luas bermil-mil, begitu pula Kemahaluasan ini.

Tetapi pada setiap saat terdapat penghancuran; bukan penghancuran untuk mendatangkan suatu perubahan baru—perubahan tidak pernah baru—melainkan penghancuran total

dari apa yang pernah ada sehingga ia tidak bisa ada lagi. Tidak ada kekerasan dalam penghancuran ini; ada kekerasan dalam perubahan, dalam revolusi, dalam penyerahan diri, dalam pendisiplinan, dalam pengendalian dan pendominasian; tetapi di sini segenap kekerasan, dalam setiap bentuknya dengan nama yang berbeda, telah berakhir total. Itulah penghancuran yang adalah penciptaan.

Tetapi penciptaan bukanlah kedamaian. Kedamaian dan konflik termasuk dalam dunia perubahan dan waktu, termasuk gerak ke luar dan ke dalam dari eksistensi, tetapi Itu bukan dari waktu atau dari suatu gerak di dalam ruang. Itu adalah penghancuran murni dan mutlak, dan hanya dengan itu yang "baru" bisa muncul.

Pada pagi ini, ketika bangun, esensi itu ada di situ; Itu tentu berada di situ sepanjang malam, dan ketika bangun Itu tampak memenuhi seluruh kepala dan badan. Dan proses itu berlangsung dengan lembut. Orang harus berada sendirian dan hening, lalu Itu ada di situ. [63]

*****

Terdapat "berpikir" yang lahir dari kekosongan total dari batin

Kemarin hari yang aneh. Yang Lain itu ada di situ sepanjang hari kemarin, ketika berjalan-jalan sebentar, ketika beristirahat dan sangat intens selama ceramah. Itu tetap bertahan ada sepanjang malam, dan pagi ini, ketika bangun pada dini hari, setelah tidur sebentar, Itu berlanjut. Tubuh terlalu penat dan membutuhkan istirahat. Anehnya, tubuh menjadi amat hening, amat diam, tak bergerak, tetapi setiap jengkal darinya amat hidup dan peka.

Sejauh mata dapat memandang, terdapat cerobong asap-cerobong asap kecil dan pendek, semua tanpa asap karena cuaca panas. Cakrawala berada di kejauhan, tidak rata, dijejali bangunan; kota itu tampak meluas tanpa akhir. Di sepanjang jalan besar terdapat pepohonan, menunggu musim dingin, oleh karena musim gugur telah mulai perlahan-lahan. Langit berwarna perak, tergosok mengkilap dan cemerlang, dan angin membentuk pola-pola di permukaan air sungai. Burung-burung merpati beranjak pada dini hari, dan selagi matahari memanaskan atap seng, burung-burung itu berpanas-panas di situ.

Batin, yang di dalamnya terdapat otak, pikiran, perasaan dan setiap emosi, khayalan dan imajinasi yang halus, adalah hal yang luar biasa. Semua isinya tidak membentuk batin, tetapi tanpa mereka, batin tidak ada; batin lebih luas daripada apa yang dikandungnya. Tanpa batin, isinya tak akan ada; mereka ada oleh karena batin.

Di dalam kekosongan total dari batin, intelek, pikiran, perasaan, seluruh kesadaran berada. Sebatang pohon bukan kata, bukan daun, cabang atau akar; seluruhnya adalah pohon, namun pohon bukanlah bagian-bagiannya. Batin adalah kekosongan yang di dalamnya hal-hal dari batin berada, tetapi hal-hal itu bukanlah batin.

Oleh karena kekosongan ini, maka waktu dan ruang muncul. Tetapi otak dan hal-hal dari otak mencakup bidang lebar dari eksistensi; ia dipenuhi masalah-masalahnya yang banyak. Ia tidak bisa menangkap hakekat batin, karena ia hanya berfungsi di dalam keterpecahan [*fragmentation*], dan pecahan yang banyak tidak membuatnya menjadi utuh. Namun ia sibuk menyatukan pecahan-pecahan yang saling

bertentangan untuk membuatnya utuh. Keseluruhannya tidak dapat dikumpulkan dan disusun.

Kegiatan ingatan, yakni pengetahuan dalam tindakan, konflik dari keinginan-keinginan yang saling bertentangan, pencarian akan kebebasan, masih berada dalam kurungan otak; otak bisa menghaluskan, memperbesar, menumpuk keinginan-keinginannya, tetapi kesedihan akan berlangsung terus. Tidak ada pengakhiran kesedihan selama pikiran hanya sekadar respons dari ingatan, dari pengalaman. Terdapat “berpikir” yang lahir dari kekosongan total dari batin; kekosongan itu tak punya pusat, dan dengan demikian mampu bergerak tak terbatas. Penciptaan lahir dari kekosongan ini, tetapi itu bukan penciptaan dari manusia yang menyusun berbagai hal. Penciptaan dari kekosongan itu adalah cinta dan kematian.

Lagi-lagi, itu hari yang aneh. Yang Lain itu ada di mana pun orang berada, apa pun kegiatan sehari-hari. Seolah-olah otak hidup di dalamnya; otak sangat hening tanpa tertidur, peka dan waspada. Terdapat rasa mengamati dari suatu kedalaman tanpa batas. Sekalipun tubuh penat, terdapat kewaspadaan yang aneh. Suatu nyala api yang terus menyala. [64]

Meditasi berlangsung terus di balik kata-kata dan keindahan malam

Ketika berjalan dan berbicara, meditasi berlangsung terus di balik kata-kata dan keindahan malam. Itu berlangsung dalam kedalaman yang besar, mengalir ke luar dan ke dalam; itu meledak dan meluas. Orang sadar akan hal itu; itu tengah berlangsung; orang tidak mengalaminya—mengalami adalah membatasi; itu tengah terjadi. Tidak ada partisipasi di

dalamnya; pikiran tidak bisa berbagi itu oleh karena pikiran begitu sia-sia dan mekanikal, begitu pula emosi tidak dapat terlibat dengan itu; itu terlalu aktif sehingga mengganggu keduanya. Itu tengah berlangsung dalam kedalaman begitu besar, yang untuk itu tidak ada ukuran. Tetapi ada keheningan besar. Itu sungguh mengherankan dan sama sekali tidak biasa.

Dedaunan yang gelap berkilap dan rembulan naik cukup tinggi; ia beranjak ke barat dan sinarnya melimpah ke dalam kamar. Fajar masih beberapa jam lagi dan tidak ada suara sedikit pun; bahkan anjing-anjing kampung, dengan salaknya yang melengking, sekarang diam. Ketika bangun, Itu ada di situ, dengan kejernihan dan kecermatan; Yang Lain ada di situ dan bangun itu perlu, bukan tidur; itu disengaja, sadar terhadap segala sesuatu yang terjadi, eling dengan kesadaran penuh akan apa yang tengah berlangsung. Bila tidur, itu mungkin mimpi, suatu petunjuk dari alam bawah-sadar, suatu tipuan otak; tetapi bila jaga sepenuhnya, Yang Lain yang aneh dan tak dikenal ini adalah realitas yang teraba, suatu fakta dan bukan ilusi atau mimpi. Itu punya kualitas—jika kata itu bisa dikenakan terhadapnya—kualitas tanpa berat dan kekuatan yang tak tertembus. Lagi-lagi kata-kata ini mempunyai makna tertentu, pasti dan dapat dikomunikasikan, tetapi kata-kata ini kehilangan semua artinya ketika Yang Lain itu harus disampaikan dengan kata-kata; kata-kata adalah lambang, tetapi tiada lambang dapat menyampaikan realitas itu. Itu ada di situ dengan kekuatan yang begitu tak terkotori sehingga tiada apa pun dapat membinasakannya, oleh karena Itu tak dapat didekati. Anda dapat mendekati sesuatu yang Anda kenal; Anda harus mempunyai bahasa yang sama untuk berhubungan secara mendalam, sejenis proses pikiran, dengan kata-kata atau

tanpa kata-kata; di atas segalanya harus ada saling mengenal. Di sini tidak ada itu. Pada sisi Anda, Anda bisa bilang Itu adalah ini atau itu, kualitas ini atau kualitas itu, tetapi pada saat Itu berlangsung tidak ada penggunaan kata-kata, oleh karena otak sama sekali diam, tanpa gerakan pikiran sedikit pun.

Tetapi Yang Lain itu tidak punya hubungan dengan apa pun, sedangkan semua pikiran dan keberadaan adalah proses sebab-akibat, jadi tidak ada pemahaman tentang Itu atau hubungan dengan Itu. Itu adalah nyala yang tak dapat didekati, dan Anda hanya bisa memandang Itu dan menjaga jarak dari Itu. Dan ketika tiba-tiba terbangun, Itu ada di situ. Dan bersama Itu mucullah ekstase yang tak diharapkan, suka cita tanpa alasan; tidak ada penyebab darinya, oleh karena ia tidak pernah dicari atau dikejar. Terdapat ekstase ini pada waktu bangun lagi pada waktu yang biasa; Itu ada di situ dan berlangsung untuk waktu yang lama. [65]

*****

Apakah yang mengingat untuk menuliskan ini?

Pada dini hari ini, ketika fajar baru saja menyingsing, tanpa secercah awan pun di langit dan gunung-gunung yang tertutup salju itu terlihat samar-samar, terbangun dengan perasaan kekuatan yang tak tertembus itu di mata dan di tenggorok; tampaknya sebagai keadaan yang teraba, sesuatu yang tak pernah tidak ada di situ. Hampir selama satu jam Itu ada di situ dan otak tetap kosong. Itu bukan hal yang bisa ditangkap oleh pikiran dan disimpan dalam ingatan untuk diingat kembali di kemudian hari. Itu ada di situ dan segenap pikiran mati. Pikiran adalah fungsional, hanya bermanfaat di bidangnya; pikiran tidak mampu memikirkan Itu oleh karena

pikiran adalah waktu, sedangkan Itu berada di atas segenap waktu dan ukuran. Pikiran, keinginan tidak bisa mengupayakan kelanjutannya atau bagi terulangnya, oleh karena pikiran, keinginan sama sekali tidak ada. Jadi, apakah yang mengingat untuk menuliskan ini? Sekadar catatan mekanikal, tetapi catatan itu, kata itu bukanlah halnya [yang disebutnya]. [66]

*****

Energi kehidupan yang intens selalu ada di situ

Kemarin petang, Itu tiba-tiba mulai, di dalam sebuah kamar dengan jendela ke arah jalan yang bising; kekuatan dan keindahan Yang Lain itu menyebar dari kamar itu keluar, di atas lalu lintas, melewati taman, dan melampaui bukit-bukit. Itu ada di situ, mahaluas dan tak tertembus; Itu ada di situ pada waktu petang, dan pada saat orang akan pergi tidur, Itu ada di situ dengan intensitas yang hebat, suatu Berkah dari kesucian yang besar. Orang tidak terbiasa dengan Itu, oleh karena Itu selalu berbeda; ada sesuatu yang selalu baru, suatu kualitas baru, suatu makna yang halus, suatu cahaya baru, sesuatu yang belum pernah terlihat sebelumnya. Itu bukan sesuatu untuk disimpan, diingat, dan diperiksa, pada waktu senggang; Itu ada di situ dan tiada pikiran bisa mendekat oleh karena otak hening dan tidak ada waktu untuk mengalami, untuk menyimpan. Itu ada di situ, dan semua pikiran menjadi diam.

Energi kehidupan yang intens selalu ada di situ, siang dan malam. Itu tanpa gesekan, tanpa arah, tanpa pilihan dan daya upaya. Itu ada di situ dengan intensitas begitu besar, sehingga pikiran dan perasaan tak dapat menangkap dan membentuknya sesuai dengan khayalannya, kepercayaannya,

pengalamannya, dan tuntutannya. Itu ada di situ begitu berlimpah sehingga tiada apa pun dapat menguranginya. Tetapi kita mencoba menggunakannya, memberinya arah, menangkapnya di dalam cetakan keberadaan kita, dan dengan demikian memelintirnya agar sesuai dengan pola, pengalaman, dan pengetahuan kita. Ambisi, iri hati, keserakahan mengecilkan energinya, sehingga terdapat konflik dan kesedihan; kejamnya ambisi—pribadi maupun kolektif—mendistorsikan intensitasnya, menyebabkan kebencian, antagonisme, konflik. Setiap tindakan iri hati mengotori energi ini, menyebabkan ketidakpuasan, kesengsaraan, ketakutan; bersama ketakutan terdapat rasa bersalah dan kecemasan dan kesengsaraan pembandingan dan gangguan yang tak ada habisnya. Energi yang terkotori itulah yang menciptakan pendeta dan jenderal, politisi dan perampok. Energi tanpa batas ini yang dibuat tidak lengkap oleh keinginan kita akan sesuatu yang permanen dan memberi rasa aman adalah lahan tempat tumbuh ide-ide, persaingan, kekejaman yang mandul, dan perang; itu adalah penyebab dari konflik abadi antara manusia dan manusia.

Bila semua ini dikesampingkan, dengan mudah dan tanpa daya upaya, hanya di situlah terdapat energi intens yang hanya bisa ada dan mekar di dalam kebebasan. Hanyalah di dalam kebebasan itu tidak menyebabkan konflik dan kesedihan; hanya dengan demikian itu bertambah dan tanpa akhir. Itu adalah hidup yang tak punya awal dan tak punya akhir; itulah penciptaan yang adalah cinta, perusakan.

Energi yang digunakan ke satu arah menghasilkan satu hal, konflik dan kesedihan; sedangkan energi yang adalah ekspresi kehidupan yang total adalah kebahagiaan yang tak terukur. [67]

*****

Masa lampau dan yang tak dikenal tak pernah bertemu

Setiap pikiran, setiap perasaan telah lenyap, dan otak sama sekali hening; saat itu sudah lewat tengah malam dan tak ada suara sedikit pun; udara dingin dan sinar rembulan masuk melalui salah satu jendela, membentuk suatu pola di dinding. Otak sangat jaga, waspada, tanpa bereaksi, tanpa mengalami; tak ada gerak sedikit pun di dalam dirinya, tetapi ia bukan tidak peka atau mabuk oleh ingatan. Dan tiba-tiba, Kemahaluasan yang tak dikenal itu ada di situ, bukan hanya di dalam kamar dan di luarnya, tetapi juga di dalam, di relung-relung yang terdalam, yang sebelumnya adalah batin. Pikiran mempunyai perbatasan, dihasilkan oleh setiap jenis reaksi, dan setiap motif membentuknya, seperti juga setiap perasaan; setiap pengalaman adalah dari masa lampau dan setiap pengenalan adalah dari yang diketahui. Tetapi Kemahaluasan itu tidak meninggalkan tanda; Itu ada di situ, jelas, kuat, tak tertembus dan tak terdekati, yang intensitasnya adalah api yang tidak meninggalkan abu. Bersamanya terdapat kebahagiaan dan itu pun tidak meninggalkan ingatan oleh karena tidak ada yang mengalaminya. Itu sekadar ada di situ, datang dan pergi, tanpa dikejar dan diingat.

Masa lampau dan yang tak dikenal tak pernah bertemu pada titik mana pun; keduanya tak dapat dipertemukan dengan tindakan apa pun; tidak ada jembatan untuk menyeberanginya, tidak ada pula jalan menuju kepadanya. Keduanya tidak pernah bertemu dan tidak akan pernah bertemu. Masa lampau harus berakhir agar yang tak dapat dikenal, Kemahaluasan itu muncul. [68]

*****

Tiba-tiba Anda sadar sesuatu tengah berlangsung

Pada petang itu tidak ada apa pun dapat mengganggu-nya, bahkan tidak pula sebuah kereta api barang yang melintasi jembatan baja. Ada jalan setapak di sebelah kanan berkelok-kelok di antara kebun-kebun yang hijau, dan sementara Anda berjalan di situ, jauh dari segala sesuatu, dari wajah-wajah, air mata, tiba-tiba Anda sadar bahwa sesuatu tengah berlangsung. Anda tahu itu bukan imajinasi, keinginan, membayangkan suatu khayalan atau suatu pengalaman yang terlupakan atau menghidupkan kembali suatu kenikmatan dan harapan tertentu; Anda tahu betul itu bukan hal-hal tersebut; Anda telah menempuh penyelidikan seperti ini sebelumnya dan Anda mengesampingkan semua itu dengan cepat dengan sebuah kibasan tangan, dan Anda sadar bahwa sesuatu tengah berlangsung. Itu tak diharapkan seperti sapi jantan yang mendekat pada senja yang semakin temaram. Itu ada di situ dengan rasa mendesak dan mahaluas, Yang Lain itu, yang tak dapat ditangkap oleh kata atau lambang apa pun. Itu ada di situ memenuhi langit dan bumi dan segala hal yang kecil-kecil di dalamnya. Anda dan orang desa kecil yang tanpa sepatah kata melewati Anda, adalah dari Itu. Pada saat tanpa-waktu itu, yang ada hanyalah Kemahaluasan itu, tiada pikiran maupun perasaan, dan otak sama sekali hening. Seluruh kepekaan meditasi berakhir, dan yang ada hanyalah kemurnian yang sukar dipercaya itu. Itulah kemurnian dari kekuatan, tak tertembus dan tak terdekati, namun Itu ada di situ. Segala sesuatu diam, tak ada gerak, tak ada yang bergeming dan bahkan bunyi peluit kereta api berada dalam keheningan. Itu menemani Anda sementara Anda kembali ke kamar Anda, dan Itu ada di situ juga, oleh karena Itu tidak pernah meninggalkan Anda. [69]

*****

Segala sesuatu berakhir ketika Itu ada

Ketika bangun pada pagi hari ini, ketika matahari masih di balik cakrawala dan fajar mulai menyingsing, meditasi memberi jalan pada Yang Lain itu, yang berkahnya adalah kejernihan dan kekuatan. Itu ada di situ tadi malam, ketika orang pergi tidur, begitu tak terduga, begitu jernih. Orang tidak bersamanya selama beberapa hari, tubuh tengah menyesuaikan diri terhadap suasana kota besar. Jadi ketika Itu datang, terdapat intensitas besar dan keindahan dan segala sesuatu menjadi hening; Itu memenuhi kamar dan jauh melampaui kamar. Terdapat kekakuan tertentu—bukan—badan tak bergerak, sekalipun rileks. Sepanjang malam Itu mungkin berlangsung terus, oleh karena ketika bangun, Itu ada di situ aktif, memenuhi kamar dan ke luarnya. Semua deskripsi tentang Itu tidak berarti apa-apa oleh karena kata tidak mampu meliputi kemahaluasan maupun keindahan dari Itu. Segala sesuatu berakhir ketika Itu ada, dan yang aneh otak beserta segala respons dan kegiatannya mendapati dirinya tiba-tiba dan dengan suka rela diam, tanpa respons sedikit pun, tanpa ingatan sedikit pun, tiada pula pencatatan akan apa yang tengah berlangsung. Itu sangat hidup tetapi sama sekali hening. Itu terlalu luas untuk imajinasi apa pun, yang agak tidak dewasa dan konyol. Apa yang ada secara aktual adalah begitu vital dan bermakna sehingga semua imajinasi dan ilusi kehilangan arti. [70]

*****

Bila ada perhatian penuh, tidak ada ketakutan

Lagi-lagi, hampir sepanjang malam, Berkah itu, Yang Lain itu ada di situ; sekalipun tidur, Itu ada di situ; orang merasakannya ketika bangun, kuat, menetap, urgen; Itu ada

di situ, seolah-olah Itu berlangsung sepanjang malam. Bersamanya selalu ada keindahan besar, bukan dari gambaran-gambaran, perasaan atau pikiran. Keindahan bukanlah pikiran atau perasaan; ia tak ada kaitannya dengan emosi atau perasaan.

Ada ketakutan. Ketakutan bukanlah aktualitas; entah itu sebelum, entah sesudah saat kini yang aktif. Bila ada ketakutan pada saat kini yang aktif, apakah itu ketakutan? Ia ada di situ dan orang tidak bisa lari darinya; tidak mungkin menghindar darinya. Di situ, pada saat yang aktual, terdapat perhatian total pada saat bahaya, bahaya fisik maupun bahaya psikologis. Bila ada perhatian penuh, tidak ada ketakutan. Tetapi fakta aktual dari tiadanya perhatian menghasilkan ketakutan. Ketakutan timbul bila terdapat penghindaran fakta, pelarian; maka pelarian itu sendiri adalah ketakutan.

Ketakutan dan bentuk-bentuknya yang banyak, rasa bersalah, kecemasan, harapan, keputusasaan, ada di situ dalam setiap gerak relasi; itu ada di situ dalam setiap pencarian rasa aman; itu ada di situ dalam apa yang dinamakan ‘cinta’ dan pemujaan; itu ada di situ dalam ambisi dan kesuksesan; itu ada di situ dalam kehidupan dan kematian; itu ada di situ dalam hal-hal fisikal dan faktor-faktor psikologis. Terdapat ketakutan dalam begitu banyak bentuk dan pada semua tingkat kesadaran kita. Pertahanan, perlawanan, dan pengingkaran bersumber dari ketakutan. Ketakutan akan kegelapan dan ketakutan akan cahaya; ketakutan akan kepergian dan ketakutan akan kedatangan.

Ketakutan mulai dan berakhir dengan keinginan untuk merasa aman; rasa aman batiniah dan lahiriah, dengan keinginan untuk merasa pasti, memiliki kekekalan.

Kelanjutan dari kekekalan dicari di setiap arah, dalam kebajikan, dalam relasi, dalam tindakan, dalam pengalaman, dalam pengetahuan, dalam hal-hal lahiriah dan batiniah. Untuk menemukan dan merasa aman adalah seruan abadi. Itu adalah tuntutan yang tak kunjung berhenti yang menimbulkan ketakutan.

Tetapi adakah kekekalan, secara lahiriah dan batiniah? Mungkin dalam sebuah ukuran, secara lahiriah mungkin ada, dan bahkan itu pun tidak pasti; perang, revolusi, kemajuan, kecelakaan dan gempa bumi. Harus ada makanan, pakaian dan tempat berteduh; itu esensial dan dibutuhkan oleh semua orang. Sekalipun dicari, secara membuta atau secara waras, adakah kepastian batiniah, kelanjutan, kekekalan batiniah? Tidak ada. Pelarian dari realitas ini adalah ketakutan. Ketakmampuan menghadapi realitas ini menimbulkan setiap bentuk harapan dan keputusasaan.

Pikiran itu sendiri adalah sumber ketakutan. Pikiran adalah waktu; pikiran akan hari esok adalah kesenangan atau kesakitan. Jika menyenangkan, pikiran akan mengejarnya, mencemaskan berakhirnya; jika menyakitkan, menghindari itu sendiri adalah ketakutan. Baik kesenangan maupun kesakitan menyebabkan ketakutan. Waktu sebagai pikiran dan waktu sebagai perasaan membawa ketakutan. Memahami pikiran, mekanisme ingatan dan pengalaman, adalah pengakhiran ketakutan.

Pikiran adalah seluruh proses kesadaran, yang terbuka dan tersembunyi; pikiran bukan hanya apa yang dipikirkan, tetapi juga sumber bagi dirinya. Pikiran bukan hanya kepercayaan, dogma, ide dan akal budi, tetapi juga pusat yang dari situ semua ini muncul. Pusat ini adalah sumber dari semua ketakutan.

Tetapi apakah ketakutan dialami, atau disadarikah sebab dari ketakutan yang dari situ pikiran melarikan diri? Melindungi diri secara fisik adalah waras, normal dan sehat; tetapi setiap bentuk perlindungan-diri secara batiniah adalah perlawanan, dan itu selalu mendatangkan, membangun kekuatan yang adalah ketakutan. Tetapi ketakutan batiniah ini menyebabkan rasa aman lahiriah menjadi masalah kelas, prestise, kekuasaan, dan dengan demikian terjadilah sikap berhati dingin dalam persaingan.

Bila seluruh proses pikiran, waktu dan ketakutan ini terlihat—bukan sebagai ide, sebagai rumusan intelektual—maka terdapat pengakhiran ketakutan secara total, yang disadari maupun yang tersembunyi. Pemahaman-diri adalah bangunnya dan berakhirnya ketakutan.

Dan bila ketakutan berakhir, maka kekuatan untuk menciptakan ilusi, mitos, penampakan, dengan harapan dan keputusasaannya, juga berakhir, dan hanya setelah itulah mulai suatu gerak untuk melampaui kesadaran, yang adalah pikiran dan perasaan. Itu adalah pengosongan relung-relung terdalam dan kemauan dan keinginan yang tersembunyi dalam. Kemudian, bila terdapat kekosongan total ini, bila secara mutlak dan harfiah tidak ada apa-apa, tiada pengaruh, tiada nilai, tiada perbatasan, tiada kata-kata, maka dalam keheningan sempurna dari waktu-ruang, terdapatlah apa yang tak bisa diberi nama. [71]

*****

Itu ada di sini selagi ini ditulis

Turun dari lembah dan pegunungan yang tinggi ke dalam sebuah kota yang besar, bising, dan kotor mempengaruhi tubuh. Hari itu indah ketika kami berangkat, melalui lembah-

lembah yang dalam, air terjun dan hutan lebat, dan sampai ke sebuah danau yang biru dan jalan yang lebar. Dari tempat yang damai dan terasing ke sebuah kota yang bising siang-malam, ke udara yang panas dan lembab, adalah suatu perubahan keras. Duduk diam pada petang hari, memandang melampaui atap-atap rumah, mengamati bentuk-bentuk atap dan cerobong-cerobongnya, tanpa terduga-duga Berkah itu, Kekuatan itu, Yang Lain itu datang dengan kejernihan lembut; Itu memenuhi kamar dan tinggal di situ. Itu ada di sini selagi ini ditulis. [72]

*****

Yang aneh orang tidak peduli dengan semua ini

Hari itu sangat panas, dan dalam gedung yang panas itu dengan hadirin yang banyak, suasananya menyesakkan napas. Tetapi sekalipun lelah, terbangun di tengah malam bersama Yang Lain di kamar. Itu ada di situ dengan intensitas besar, bukan hanya mengisi kamar dan di luarnya, tetapi juga berada jauh di dalam otak, begitu dalam sampai tampak menembus dan melampaui semua pikiran, ruang dan waktu. Itu begitu kuat mencengangkan, dengan energi begitu besar sehingga orang tidak mungkin tinggal di tempat tidur, dan di teras, dengan angin segar dan sejuk bertiup, intensitasnya berlanjut. Keadaan itu berlangsung hampir satu jam lamanya, dengan kekuatan dan dorongan besar; sepanjang pagi Itu ada di situ.

Yang aneh dari semua ini ialah orang tidak peduli dengan semua ini; jika Itu datang, Itu ada di situ, tanpa diundang, dan jika Itu tidak datang, orang tidak peduli. Keindahan dan kekuatannya tidak bisa dibuat main-main; Itu

tidak bisa diundang atau ditolak. Itu datang dan pergi, semaunya sendiri.

Pada dini hari ini, sebelum matahari terbit, meditasi—di mana semua daya upaya telah lama berhenti—menjadi keheningan; keheningan yang di situ tidak ada pusat, dan dengan demikian tidak ada tepi. Yang ada hanya keheningan. Ia tidak punya kualitas, tanpa gerak, tanpa kedalaman maupun ketinggian. Sama sekali hening. Hening inilah yang memiliki gerak meluas tanpa henti dan yang ukurannya bukan dalam waktu dan ruang. ... Lalu lintas pagi, dengan truk-truk membawa makanan dan lain-lain ke kota, sama sekali tidak mengganggu keheningan itu ... Itu ada di situ, tanpa waktu. [73]

*****

Di tengah-tengah suasana santai ini, sesuatu yang hebat tengah berlangsung

Setelah makan malam ringan, kami bercakap-cakap tentang hal-hal yang berkaitan dengan sekolah, betapa ini-itu diperlukan, betapa sukarnya mencari guru yang baik, ... dan sebagainya. Mereka terus bercakap-cakap, dan tiba-tiba, tanpa diharapkan, Yang Lain muncul; Itu ada di situ dengan kemahaluasan dan dengan kekuatan yang begitu besar menyapu, sehingga orang menjadi diam sama sekali; mata melihatnya, tubuh merasakannya, dan otak waspada tanpa pikiran. Percakapan itu tidak terlalu serius, dan di tengah-tengah suasana santai ini, sesuatu yang hebat tengah berlangsung. Orang pergi tidur bersama Itu, dan Itu berlangsung sebagai bisikan sepanjang malam. Tidak ada mengalami; Itu ada di situ dengan kehebatan dan berkah. Untuk mengalami harus ada orang yang mengalami, tetapi

bila keduanya tidak ada, maka ada fenomena yang sama sekali berbeda. Tiada menerima atau menolak; Itu ada di situ, sebagai fakta. Fakta ini tak punya hubungan dengan apa pun, tidak di masa lampau tidak pula di masa depan, dan pikiran tidak bisa berkomunikasi dengan Itu. Itu tidak punya nilai dalam arti kegunaan dan keuntungan, tiada apa pun dapat diperoleh dari Itu. Tetapi Itu ada di situ, dan dengan adanya Itu terdapat cinta, keindahan, kemahaluasan. Tanpa Itu, tak ada apa-apa. Tanpa hujan, bumi akan binasa. [74]

*****

Meditasi adalah memudarnya pengalaman

Hari masih pagi, tetapi semua burung telah pergi, jauh sebelum matahari berada di atas air. ... Meditasi adalah penajaman kemahaluasan batin. Batin tak pernah tidur, tak pernah tidak eling sepenuhnya; bercak-bercak batin di sana-sini menjadi tajam oleh konflik dan kesakitan, menjadi tumpul oleh kebiasaan dan kepuasan sesaat, dan setiap kenikmatan meninggalkan tanda kerinduan. Tetapi semua perjalanan yang gelap ini tidak meninggalkan ruang bagi keseluruhan batin. Ini menjadi amat penting, dan selalu menghasilkan lebih banyak makna langsung, dan kemahaluasan itu dikesampingkan bagi hal-hal yang langsung dan remeh. Yang langsung adalah waktu dari pikiran, dan pikiran tak pernah bisa memecahkan masalah apa pun kecuali yang mekanikal. Tetapi meditasi bukanlah seperti mesin; meditasi tak pernah bisa disusun untuk sampai ke suatu tujuan; itu bukan perahu untuk menyeberang ke pantai seberang. Tiada pantai, tiada kedatangan, dan—seperti cinta—meditasi tak punya motif. Meditasi adalah gerak tanpa akhir yang tindakannya ada di dalam waktu tapi bukan dari waktu. Semua tindakan yang langsung, dari waktu,

adalah landasan bagi kesedihan; tiada apa pun bisa tumbuh di situ kecuali konflik dan kesakitan. Tetapi meditasi adalah keelingan akan landasan ini, dan tanpa-memilih tidak membiarkan sebutir benih pun berakar, betapa pun menyenangkan dan betapa pun menyakitkan. Meditasi adalah memudarnya pengalaman. Dan hanya di situ terdapat kejernihan, yang kebebasannya ada di dalam melihat. Meditasi adalah sukacita aneh, tidak untuk dibeli di pasar; tiada Guru dan tiada murid bisa berasal darinya; semua hal mengikuti dan menuntun harus berakhir semudah dan sealamiah sehelai daun yang jatuh ke tanah.

Yang Tak Terukur ada di situ, memenuhi ruang kecil dan seluruh ruang; itu datang selembut angin bertiup di atas air, tetapi pikiran tak bisa menahannya, dan masa lampau, waktu, tak mungkin mengukurnya. [75]

BAGIAN III :

DIALOG J. KRISHNAMURTI & PROFESOR DAVID BOHM

6. LANDASAN

Menyimak dalam kegelapan

Krishnamurti: Bagaimana saya akan melenyapkan kegelapan yang terus-menerus dan menetap ini? Itulah satu-satunya pertanyaan, oleh karena selama itu ada, saya menciptakan pemisahan [*division*] yang menetap ini. Yah, ini berlangsung berputar-putar. Saya hanya bisa melenyapkan kegelapan melalui pencerahan, dan saya tidak bisa memperoleh pencerahan itu melalui daya upaya apa pun dari kehendak, jadi saya tidak punya apa-apa. Jadi apakah masalah saya? Masalah saya adalah melihat kegelapan itu, melihat pikiran yang menciptakan kegelapan itu, dan melihat bahwa diri adalah sumber kegelapan itu. Mengapa saya tidak bisa melihatnya? Mengapa bahkan saya tidak bisa melihatnya secara logis?

David Bohm: *Yah, itu jelas secara logis.*

Krishnamurti: Ya, tapi bagaimana pun juga tampaknya itu tidak bekerja. Jadi apa yang harus saya lakukan? Saya menyadari untuk pertama kali bahwa diri menciptakan kegelapan yang terus-menerus menghasilkan pemisahan. Saya melihat itu dengan sangat jelas.

David Bohm: *Dan pemisahan itu menghasilkan kegelapan itu*.

Krishnamurti: Bolak-balik. Dan dari semua itu, segala sesuatu mulai. Saya melihat itu dengan sangat jelas. Apa yang harus saya lakukan? Jadi saya tidak menerima pemisahan.

Penanya: *Krishnaji, tidakkah kita memasukkan kembali pemisahan, ketika kita berkata ada manusia yang membutuhkan pencerahan?*

Krishnamurti: Tetapi manusia memiliki pencerahan. Si X memiliki pencerahan, dan ia telah menjelaskan dengan sangat jelas betapa kegelapan telah lenyap. Saya menyimak dia, dan ia berkata, kegelapan Anda sendirilah yang menciptakan pemisahan. Secara aktual, tidak ada pemisahan, tidak ada pemisahan seperti cahaya dan kegelapan. Jadi ia bertanya kepada saya, bisakah Anda membuang, bisakah Anda meniadakan rasa pemisahan ini?

David Bohm: *Tampaknya Anda membawa kembali pemisahan dengan mengatakan bahwa saya harus melakukan itu.*

Krishnamurti: Tidak; bukan 'harus'.

David Bohm: *Anda bisa dibilang mengatakan bahwa proses pikiran dari batin tampak menghasilkan pemisahan secara spontan. Anda berkata, cobalah kesampingkan itu, dan pada saat yang sama ia mencoba membuat pemisahan.*

Krishnamurti: Saya paham. Tetapi bisakah batin saya meniadakan pemisahan? Atau apakah pertanyaan itu salah?

David Bohm: *Bisakah ia meniadakan pemisahan selama ia sendiri terpecah?*

Krishnamurti: Tidak, tidak bisa. Jadi apa yang akan saya lakukan?

Dengarkan. Si X mengatakan sesuatu yang luar biasa benar, yang mempunyai makna dan keindahan begitu besar sehingga seluruh diri saya berkata, "Tangkaplah itu." Itu bukan pemisahan.

Saya mengenali bahwa saya adalah pencipta pemisahan, oleh karena saya hidup dalam kegelapan; jadi dari kegelapan itu saya mencipta. Tetapi saya telah menyimak si X, yang mengatakan tidak ada pemisahan. Dan saya mengenali itu sebagai pernyataan yang luar biasa. Jadi, mengatakan hal itu saja kepada orang yang hidup dalam pemisahan yang menetap mempunyai efek langsung—bukan?

David Bohm: *Saya rasa, seperti Anda katakan, orang harus meniadakan pemisahan ...*

Krishnamurti: Saya akan membiarkan itu; saya tidak akan meniadakannya. Pernyataan bahwa tidak ada pemisahan—saya ingin memahaminya lebih dalam sedikit. Dengan itu saya bergerak sedikit.

Pernyataan si X dari pencerahan ini, bahwa tidak ada pemisahan, mempunyai efek besar terhadap diri saya. Saya telah hidup dalam pemisahan terus-menerus, lalu ia datang dan berkata, tidak ada pemisahan. Efek apakah yang terjadi pada diri saya?

David Bohm: *Lalu Anda berkata, tidak ada pemisahan. Itu masuk akal. Tetapi di sisi lain, tampaknya pemisahan itu ada.*

Krishnamurti: Saya mengenali pemisahan itu, tetapi pernyataan bahwa tidak ada pemisahan mempunyai dampak besar terhadap diri saya. Itu tampak wajar, bukan? Bila saya melihat sesuatu yang tak bergerak, itu tentu mempunyai efek tertentu terhadap diri saya. Saya menanggapinya dengan rasa terkejut yang kuat.

David Bohm: *Jika Anda membicarakan sesuatu yang ada di depan kita, dan Anda berkata, "Tidak, bukan begitu", maka tentu saja itu akan mengubah seluruh cara pandang Anda*

terhadapnya. Sekarang Anda berkata, pemisahan itu bukan begitu. Kita mencoba memandang dan melihat apakah itu memang begitu—bukan?

Krishnamurti: Saya bahkan tidak berkata, “Apakah itu memang begitu?” Si X telah menjelaskan dengan amat berhati-hati seluruh masalah ini, dan pada akhirnya ia berkata, bahwa tidak ada pemisahan. Dan saya peka, mengamati dengan sangat berhati-hati, dan menyadari bahwa saya terus-menerus hidup dalam pemisahan. Ketika si X membuat pernyataan itu, itu mematahkan pola itu.

Saya tidak tahu, apakah Anda memahami apa yang saya coba jelaskan? Itu telah mematahkan pola itu, oleh karena ia mengatakan sesuatu yang secara mendasar benar. Tidak ada [pemisahan] Tuhan dan manusia; benar, Pak, saya berpegang pada itu. Saya melihat sesuatu—yang adalah, di mana ada kebencian, yang lain tidak ada. Tetapi, sambil membenci, saya menginginkan yang lain itu. Jadi pemisahan terus-menerus lahir dari kegelapan. Dan kegelapan itu menetap. Tetapi saya menyimak dengan sangat berhati-hati, dan si X membuat pernyataan yang tampak mutlak benar. Itu masuk ke dalam diri saya, dan tindakan dari pernyataannya melenyapkan kegelapan itu. Saya tidak berdaya upaya melenyapkan kegelapan, tetapi si X adalah cahaya. Itu benar, saya berpegang ke situ.

Jadi, sampailah kita pada sesuatu, yakni bisakah saya menyimak bersama kegelapan saya—dalam kegelapan saya, yang menetap? Di dalam kegelapan itu, bisakah saya menyimak Anda? Tentu saja saya bisa. Saya hidup di dalam pemisahan yang menetap, yang menghasilkan kegelapan. Si X datang dan berkata kepada saya, tidak ada pemisahan.

David Bohm: *Benar. Nah, mengapa Anda berkata, bahwa Anda bisa menyimak di dalam kegelapan?*

Krishnamurti: Oh, memang; saya bisa menyimak di dalam kegelapan. Kalau tidak, saya tidak tertolong.

David Bohm: *Tetapi itu bukan alasan.*

Krishnamurti: Tentu saja itu bukan alasan, tetapi memang begitu.

David Bohm: *Hidup di dalam kegelapan tidak ada manfaat-nya. Tetapi sekarang kita berkata, adalah mungkin untuk menyimak di dalam kegelapan.*

Krishnamurti: Ia—si X—menjelaskan kepada saya dengan sangat, sangat berhati-hati. Saya peka, saya menyimak kepadanya di dalam kegelapan saya, tetapi itu membuat saya peka, hidup, waspada. Itulah yang saya lakukan. Kami melakukannya bersama-sama. Dan ia membuat pernyataan, bahwa sama sekali tidak ada pemisahan. Dan saya tahu bahwa saya hidup dalam pemisahan. Pernyataan itu sendiri membuat gerak yang menetap ini berhenti.

Kalau tidak, jika ini tidak terjadi, saya tidak punya apa-apa—pahamkah Anda? Saya hidup terus-menerus di dalam kegelapan. Tetapi ada satu suara di padang pasir, dan menyimak suara itu mempunyai efek luar biasa.

David Bohm: *Dengan menyimak masuk sampai ke sumber dari gerak itu, sedangkan dengan pengamatan tidak terjadi.*

Krishnamurti: Ya. Saya mengamati, saya menyimak, saya memainkan segala macam mainan sepanjang hidup saya. Dan sekarang saya melihat, bahwa hanya ada satu hal. Bahwa ada kegelapan yang menetap ini, dan bahwa saya bertindak di dalam kegelapan; di padang pasir ini, yang

adalah kegelapan; yang pusatnya adalah diri. Saya melihat itu secara mutlak, sepenuhnya; saya tidak bisa berdalih melawannya lagi. Lalu si X datang dan mengatakan ini kepada saya. Di padang pasir itu sebuah suara mengatakan ada air. Pahamkah Anda? Itu bukan harapan. Terdapat tindakan seketika di dalam saya.

Kita perlu menyadari bahwa gerak menetap di dalam kegelapan ini adalah hidup saya. Anda paham apa yang saya katakan? Bisakah saya, dengan segenap pengalaman, dengan segenap pengetahuan yang telah saya kumpulkan selama sejuta tahun, tiba-tiba menyadari bahwa saya hidup dalam kegelapan menyeluruh? Oleh karena hal itu berarti bahwa saya telah tiba pada akhir dari segala harapan—bukan? Tetapi harapan saya adalah kegelapan juga. Masa depan sama sekali tak masuk hitungan, jadi saya tinggal sendirian bersama kegelapan yang besar ini, dan saya ada di situ. Itu berarti, bahwa menyadari hal itu adalah pengakhiran dari proses 'menjadi'. Saya telah mencapai titik itu, dan si X mengatakan kepada saya, itu alamiah.

Lihat, semua agama menyatakan bahwa pemisahan itu ada.

David Bohm: *Tetapi, mereka berkata pemisahan itu bisa diatasi.*

Krishnamurti: Itu adalah pola yang sama berulang kembali. Tidak peduli siapa yang mengatakannya, tetapi faktanya ialah, ada orang di padang liar mengatakan sesuatu, dan di padang pasir itu saya selalu menyimak kepada semua suara, dan kepada suara saya sendiri, yang telah menciptakan kegelapan lebih banyak lagi. Namun, ini benar. Itu berarti, jika ada pencerahan tidak ada pemisahan, bukan?

David Bohm: *Ya.*

Krishnamurti: Itu bukan pencerahanmu atau pencerahanku, itu pencerahan. Di situ tidak ada pemisahan.

David Bohm: *Ya.*

Krishnamurti: Yang membawa kita kepada landasan yang kita bicarakan ...

David Bohm: *Bagaimana dengan landasan itu?*

Krishnamurti: Pada landasan itu, tidak ada kegelapan sebagai kegelapan, atau cahaya sebagai cahaya. Pada landasan itu, tidak ada pemisahan. Tidak ada suatu pun yang lahir dari kehendak, atau waktu, atau pikiran.

David Bohm: *Apakah Anda mengatakan bahwa cahaya dan kegelapan tidak terpisah?*

Krishnamurti: Benar.

David Bohm: *Yang berarti, kedua-duanya tidak ada.*

Krishnamurti: Kedua-duanya tidak ada; itulah! Tapi ada sesuatu yang lain. Ada persepsi, bahwa ada suatu gerak yang berbeda, yang bersifat 'non-dualistik'.

David Bohm: *'Non-dualistik' berarti apa? Tiada pemisahan?*

Krishnamurti: Tiada pemisahan. Saya tidak akan menggunakan kata 'non-dualistik'. Tidak ada pemisahan.

David Bohm: *Tetapi bagaimana pun juga ada gerak.*

Krishnamurti: Tentu saja.

David Bohm: *Apa artinya itu sekarang, tanpa pemisahan?*

Krishnamurti: Yang saya maksud dengan gerak, gerak itu bukan waktu. Gerak itu tidak menghasilkan pemisahan. Jadi saya ingin kembali, menuju kepada landasan. Jika, pada

landasan itu, tidak ada kegelapan dan tidak ada cahaya, tidak ada Tuhan atau Anak Tuhan—tidak ada pemisahan—apa yang terjadi? Apakah Anda akan berkata bahwa landasan itu adalah gerak?

David Bohm: *Yah, itu mungkin; ya. Gerak tak terpecah.*

Krishnamurti: Tidak. Saya berkata, ada gerak di dalam kegelapan.

David Bohm: *Ya, tapi kita berkata, tidak ada pemisahan antara kegelapan dan cahaya, namun Anda berkata ada gerak.*

Krishnamurti: Ya. Apakah Anda berkata, landasan itu gerak tanpa akhir?

David Bohm: *Ya.*

Krishnamurti: Apa artinya itu?

David Bohm: *Yah, itu sukar diungkapkan.*

Krishnamurti: Teruslah selami itu; mari kita ungkapkan. Adakah gerak, selain gerak dari sini ke sana, selain dari waktu —adakah gerak lain?

David Bohm: *Ya.*

Krishnamurti: Ada. Gerak dari 'berada' [*being*] menuju 'menjadi' [*becoming*]—secara psikologis. Ada gerak dari jarak, ada gerak dari waktu. Kita mengatakan, semua itu pemisahan. Adakah gerak yang dalam dirinya tidak mempunyai pemisahan? Bila Anda membuat pernyataan bahwa tidak ada pemisahan, tentu ada gerak seperti itu?

David Bohm: *Yah, apakah Anda mengatakan, bila tidak ada pemisahan, gerak itu ada?*

Krishnamurti: Ya, dan saya berkata—si X berkata—itulah landasan itu.

David Bohm: *Benar.*

Krishnamurti: Apakah Anda berkata, itu tidak punya akhir, tidak punya awal?

David Bohm: *Ya.*

Krishnamurti: Yang lagi-lagi berarti waktu.

David Bohm: *Bisakah kita katakan, gerak itu tidak punya wujud?*

Krishnamurti: Tanpa wujud—semua itu. Saya ingin melangkah lebih jauh sedikit. Yang saya tanyakan ialah, kita berkata bahwa ketika Anda menyatakan tidak ada pemisahan, itu berarti tiada pemisahan di dalam gerak.

David Bohm: *Ia mengalir tanpa pemisahan.*

Krishnamurti: Ya, itu suatu gerak di mana tidak ada pemisahan. Apakah saya menangkap maknanya? Apakah saya memahami kedalaman pernyataan itu? Suatu gerak yang di situ tidak ada pemisahan, yang berarti tiada waktu, tiada jarak seperti yang kita kenal. Tiada unsur waktu sama sekali di dalamnya. Jadi, saya mencoba melihat apakah gerak itu mengelilingi manusia?

David Bohm: *Ya, meliputi manusia.*

Krishnamurti: Saya ingin sampai ke situ. Saya prihatin terhadap umat manusia, kemanusiaan, yang adalah aku. Si X telah membuat beberapa pernyataan, dan saya telah menangkap sebuah pernyataan yang tampaknya sepenuhnya benar—bahwa tidak ada pemisahan. Yang berarti tidak ada tindakan yang memisah-misah.

David Bohm: *Ya.*

Krishnamurti: Saya melihat itu. Dan saya juga bertanya, apakah gerak itu tanpa waktu, dan sebagainya? Tampaknya itulah dunia, pahamkah Anda?

David Bohm: *Alam semesta.*

Krishnamurti: Alam semesta, kosmos, keseluruhannya.

David Bohm: *Totalitas.*

Krishnamurti: Totalitas. Bukankah ada ungkapan Yahudi, "Hanya Tuhan yang berhak berkata, 'Aku ada.' "?

David Bohm: *Yah, itulah cara bahasa tersusun. Tidak perlu mengatakan demikian.*

Krishnamurti: Tidak, saya paham. Anda paham apa yang saya coba maksudkan?

David Bohm: *Ya, bahwa hanya gerak itu yang 'ada'.*

Krishnamurti: Bisakah batin [berasal] dari gerak itu? Oleh karena itu tanpa-waktu, dengan demikian tanpa-kematian.

David Bohm: *Ya, gerak itu tanpa kematian; sejauh batin ikut mengambil bagian di situ, itu sama.*

Krishnamurti: Anda paham apa yang saya katakan?

David Bohm: *Ya. Tetapi apakah yang mati ketika si individu mati?*

Krishnamurti: Itu tidak ada artinya, oleh karena sekali saya memahami bahwa tidak ada pemisahan ...

David Bohm: *... lalu itu tidak penting.*

Krishnamurti: Kematian tidak ada artinya.

David Bohm: *Itu masih punya arti dalam konteks lain.*

Krishnamurti: Oh, berakhirnya tubuh ini, itu sangat remeh. Tapi pahamkah Anda? Saya ingin menangkap makna pernyataan bahwa tidak ada pemisahan; pernyataan itu telah mematahkan sihir dari kegelapan saya, dan saya melihat bahwa ada gerak, itu saja. Yang berarti, kematian sangat kecil artinya.

David Bohm: *Ya.*

Krishnamurti: Anda telah melenyapkan sama sekali ketakutan akan kematian.

David Bohm: *Ya. Saya paham, bahwa ketika batin mengambil bagian dalam gerak itu, maka batin adalah gerak itu.*

Krishnamurti: Itu saja! Batin adalah gerak itu.[76]

RUJUKAN

---

[1] Dari “*The Book of Life*”, December 27, 28.

[2] Dari “*On Education*” (1974), ceramah dan diskusi J. Krishnamurti dengan para siswa dan para guru dari Sekolah Rishi Valley di Andhra Pradesh dan Sekolah Rajghat di Varanasi.

[3] Dari “*Beginnings of Learning*”, ceramah dan dialog J Krishnamurti dengan anak-anak sekolah di Brockwood Park, England, halaman 76-8.

[4] Dari “*Beginnings of Learning*”, halaman 97 - 103.

[5] Dari “*Krishnamurti’s Notebook*”, halaman 68-9.

[6] Dari “*Krishnamurti’s Notebook*”, halaman170-1.

[7] Dari “*The Wholeness of Life*”, halaman 144.

[8] Dari “*Krishnamurti’s Notebook*”, halaman 81-2.

[9] Dari “*Krishnamurti’s Notebook*”, halaman 127.

[10] Dari “*Freedom from the Known*”, halaman 116.

[11] Dari KFA Bulletin, 1977, #32, halaman 14.

[12] Dari “*The Only Revolution*”, halaman 163.

[13] Dari “*Flight of the Eagle*”, halaman 45.

[14] Dari “*Commentaries on Living, Series II*”, halaman 205-6.

[15] Dari “*The Only Revolution*”, halaman 107.

[16] Dari “*Impossible Question*”, halaman 187.

[17] Dari “*Commentaries on Living, Series III*”, halaman 274.

[18] Dari “*Beginnings of Learning*”, halaman 243-4.

[19] Dari “*Flight of the Eagle*”, halaman 38-9.

[20] Dari Adyar, 4th Public Talk, January 1, 1934.

[21] Dari “*Beginnings of Learning*”, halaman 240.

[22] Dari Saanen, 7th Public Talks, July 26, 1964 – *Collected Works*, Vol.XIV, halaman 205.

[23] Dari Bombay, 6th Public Talk, February 26, 1964, *Collected Works*, Vol. XIV, halaman 159-61.

[24] Dari "*Krishnamurti's Notebook*", halaman 250.

[25] Dari: Madras, 6th Public Talks, January 3, 1965, *Collected Works*, Vol. XV, halaman 39-40.

[26] Dari "*Krishnamurti in India, 1970-71*", halaman 50-3, 55-7.

[27] Dari "*The Only Revolution*", halaman 14-5.

[28] Dari "*The Wholeness of Life*", halaman 141-2.

[29] Dari KFA Bulletin, 1976, #30, halaman 10.

[30] Dari "*Krishnamurti's Notebook*", halaman 108-9.

[31] Dari "*The Only Revolution*", halaman 10.

[32] Dari "*Krishnamurti's Notebook*", halaman 229.

[33] Dari "*On God*", halaman 82-5.

[34] Dari "*On God*", halaman 131-3.

[35] Dari "*Krishnamurti's Journal*", halaman 12.

[36] Dari "*Krishnamurti's Notebook*", halaman 181-2.

[37] Dari "*Meditations*" (1969).

[38] Dari "*Krishnamurti's Notebook*", halaman 159.

[39] Dari "*Krishnamurti's Notebook*", halaman 90-1.

[40] Dari "*Krishnamurti's Notebook*", halaman 30-1.

[41] Dari "*Krishnamurti's Notebook*", halaman 32-3.

[42] Dari "*Krishnamurti's Notebook*", halaman 33.

[43] Dari "*Krishnamurti's Notebook*", halaman 26.

[44] Dari "*Meditations*" (1969).

[45] Dari "*Krishnamurti's Notebook*", halaman 246.

[46] Dari "*Krishnamurti's Notebook*", halaman 48.

[47] Dari "*Krishnamurti's Notebook*", halaman 51.

[48] Dari "*Krishnamurti's Notebook*", halaman 86.

[49] Dari "*Krishnamurti's Notebook*", halaman 92-3.

[50] Dari "*Krishnamurti's Notebook*", halaman 167-8.

[51] Dari “*Krishnamurti’s Notebook*”, halaman 104.
[52] Dari “*Krishnamurti’s Notebook*”, halaman 52.
[53] Dari “*Krishnamurti’s Notebook*”, halaman 40.
[54] Dari “*Krishnamurti’s Notebook*”, halaman 41.
[55] Dari “*Krishnamurti’s Notebook*”, halaman 41-2.
[56] Dari “*Krishnamurti’s Notebook*”, halaman 43.
[57] Dari “*Krishnamurti’s Notebook*”, halaman 27-8.
[58] Dari “*Krishnamurti’s Notebook*”, halaman 28.
[59] Dari “*Krishnamurti’s Notebook*”, halaman 35.
[60] Dari “*Krishnamurti’s Notebook*”, halaman 38-9.
[61] Dari “*Krishnamurti’s Notebook*”, halaman 175.
[62] Dari “*Krishnamurti’s Notebook*”, halaman 37-8.
[63] Dari “*Krishnamurti’s Notebook*”, halaman 36-7.
[64] Dari “*Krishnamurti’s Notebook*”, halaman 100-1.
[65] Dari “*Krishnamurti’s Notebook*”, halaman 148-9.
[66] Dari “*Krishnamurti’s Notebook*”, halaman 36.
[67] Dari “*Krishnamurti’s Notebook*”, halaman 136-7.
[68] Dari “*Krishnamurti’s Notebook*”, halaman 251-2.
[69] Dari “*Krishnamurti’s Notebook*”, halaman 244-5.
[70] Dari “*Krishnamurti’s Notebook*”, halaman 98.
[71] Dari “*Krishnamurti’s Notebook*”, halaman 103-4.
[72] Dari “*Krishnamurti’s Notebook*”, halaman 87.
[73] Dari “*Krishnamurti’s Notebook*”, halaman 114-5.
[74] Dari “*Krishnamurti’s Notebook*”, halaman 152-3.
[75] Dari “*Krishnamurti’s Notebook*”, halaman 239-240.
[76] Dari “*The Ending of Time*”, percakapan antara J. Krishnamurti dan Profesor David Bohm, halaman 144 – 51.